CONGRÈS
INTERNATIONAL de
Gymnastique
pedagogique,
militaire,
médicale,
et
esthétique.

RAPPORT
GÉNÉRAL.

BRUXELLES.
1910.

22101455787

Edgard de Cyriaq

LIGUE NATIONALE BELGE

DE

L'ÉDUCATION PHYSIQUE

Med
K8922

Congrès International

DE

GYMNASTIQUE PÉDAGOGIQUE,
MILITAIRE,
MÉDICALE &
ESTHÉTIQUE

RAPPORT GÉNÉRAL

BRUXELLES

AOUT 1910

Congrès International de Gymnastique

pédagogique, militaire, médicale et esthétique

Organisé par la

Ligue Nationale Belge

de

l'Education Physique

Sous le Haut Patronage de

SA MAJESTÉ LE ROI ALBERT DE BELGIQUE

et sous les

Auspices de la Ville de Bruxelles

A l'occasion de l'Exposition Universelle de Bruxelles

AOUT 1910

RAPPORT GÉNÉRAL

Publié sous la Haute Direction du Bureau International d'Education physique

WELLCOME INSTITUTE
LIBRARY

Coll.	welMOmec
Call No.	QT

Sa Majesté le Roi Albert
de Belgique

Digitized by the Internet Archive
in 2016

https://archive.org/details/b28073150

CABINET DU ROI

Palais de Bruxelles

Le 8 Août 1910

Monsieur le Secrétaire général,

En réponse à la lettre que vous avez adressée au Roi le 8 mai dernier, au nom du « CONGRÉS INTERNATIONAL DE GYMNASTIQUE PÉDAGOGIQUE, MILITAIRE, MÉDICALE ET ESTHÉTIQUE », *organisé par la* « LIGUE NATIONALE DE L'EDUCATION PHYSIQUE » *j'ai été chargé de vous faire connaître que Sa majesté accorde volontiers Son Haut Patronage à ce Congrès.*

Le Roi désire ainsi marquer le bienveillant intérêt qu'il porte aux travaux de la Ligue et donner un nouvel encouragement aux efforts de tous ceux qui favorisent le développement si salutaire de l'Education Physique.

Veuillez agréer, Monsieur le secrétaire général, les assurances de ma considération très distinguée.

Le chef de Cabinet du Roi,
Signé : **Comte d'Aerschot**

A Monsieur J. Demaegt
Secrétaire général du Congrès International de gymnastique,
Bruxelles.

Bureau International d'Education physique

ALLEMAGME : M. le Dr Oldevig, Geheimer Hofrat, Président de la Svenska Sjukgymnastik Sällskapet « Ling », Dresden.

ANGLETERRE : *Physical Training Club : Président :* M. le Commodore N. C. Palmer, Royal Navy, Portsmouth.

Vice-Président : M. Allan Broman, Esq. Londres.

Hon. Secrétaire : M. le Lieutenant F. H. Grenfell, Inspecteur de la gymnastique, Slough.

BELGIQUE : MM. H. De Genst, Professeur, Président de la Ligue Belge de l'Education physique, Bruxelles.

le Dr Gommaerts, Professeur à l'Université (Institut supérieur d'Education physique) Gand.

le Commandant Henrion, commandant l'Ecole normale de gymnastique et d'escrime, Etterbeek.

le Major Lefébure du Régiment des Grenadiers, Adjoint d'Etat-Major, Bruxelles.

A. Sluys. Directeur honoraire de l'Ecole normale d'Instituteurs, Délégué de la Ligue Belge de l'Enseignement, Bruxelles.

le Dr E. Spehl, Professeur à l'Université, Bruxelles.

DANEMARK : M. K. A. Knudsen, Inspecteur de la gymnastique, Copenhague.

FINLANDE : Mme Elin Kallio, Professeur, Présidente du « Finska Kvinnors gymnastik Förbund », Helsingfors.

FRANCE : MM. le Dr Ch. Bouchard, Membre de l'Institut, Professeur à la Faculté de Médecine, Paris.

A. Chéron, Président de l'Union des Sociétés de préparation militaire, Paris.

Ribot, Sénateur, Ancien Ministre, Paris.

le Dr Ph. Tissié, Président-fondateur de la Ligue française de l'Education physique, Pau.

GRAND DUCHÉ DE LUXEMBOURG : M. Franck, Lieutenant en premier de la Force armée, Luxembourg.

PAYS-BAS : MM. N. Broekhuysen, Président du « Nederlandsche Korfbal-Bond, Amsterdam.

H. Van Blyenburgh, premier Lieutenant d'Etat major, La Haye.

Van Hoytema, premier Lieutenant des Hussards, Membre directeur de la Ligue néerlandaise de l'Education physique, La Haye.

PORTUGAL : M. J. Gomés de Oliveira, Professeur, Porto.

SUÈDE : MM. le Colonel C. Norlander, Professeur à l'Université, Lund.

le Major Nils Sellen, Professeur, Directeur de l'Institut royal central de gymnastique, Stockholm.

L. M. Törngren, Professeur, Stockholm.

SUISSE : Mme Ballet, Inspectrice, Présidente de la Société de gymnastique des Dames, Genève.

Mlle K. Jentzer, Professeur, Genève.

M. L. Sullivan, Professeur, Neuchâtel.

COMITÉ DE PATRONAGE

Président d'Honneur

M. Ad. Max, Bourgmestre de la ville de Bruxelles.

Vice-Présidents d'Honneur

MM. Paul Errera, Recteur de l'Université Libre, Bruxelles.
P. Pastur, Député permanent, Marcinelle.
Ernest Solvay, fondateur des Instituts Solvay, Bruxelles.
Cyrille Van Overbergh, Directeur général de l'enseignement supérieur, des Sciences et des Lettres au Ministère des Sciences et des Arts, Bruxelles.

Membres Protecteurs

MM. Paul Errera, Recteur de l'Université libre de Bruxelles.
May, Bourgmestre de Bierges, Membre de la Chambre des Représentants.
Philippson, Docteur spécial en sciences physiologiques.

Membres d'Honneur

MM. Béco, Gouverneur de la province de Brabant.
Bergé, Echevin de l'Instruction publique, Schaerbeek.
Bottiau, Echevin de l'Instruction publique, St-Josse-ten-Noode.
Allan Broman, Londres.
Buls, ancien Bourgmestre de la ville de Bruxelles.
Carton de Wiart, membre de la Chambre des Représentants.
Chéron, président de l'Union des Sociétés de Préparation militaire en France
Claparéde, Professeur à l'Université de Genève.
Cócq, Echevin de l'Instruction publique à Ixelles, membre de la Chambre des Représentants.
Crick, Echevin de l'Instuction publique, à Cureghem-Anderlecht.
Cyriax, Docteur en médecine, Londres.
Dr Decroly, Directeur de l'Institut de l'Enseignement spécial, Ixelles.
Delva, Echevin de l'Instruction publique, Laeken.
Destrée, membre de la Chambre des Représentants.
Desguin, Echevin de l'Instruction publique de la ville d'Anvers.
Devogel, Directeur des Ecoles, St-Gilles-Bruxelles.
Comte A. Ehrensvärd, ambassadeur, ministre plénipotentiaire de S. M. le Roi de Suède.
Grenfell, inspecteur de la gymnastique, Slough, Angleterre.
Dr Héger, directeur de l'Institut de physiologie Solvay, Bruxelles.

MM. Commandant Henrion, Commandant l'Ecole normale de gymnastique et d'escrime, Bruxelles.

Jacqmain, Echevin de l'Instruction publique, Bruxelles.

Jaques-Dalcroze, Professeur au Conservatoire de Genève (Suisse).

Klompers, Directeur général de l'Enseignement moyen, Bruxelles.

Knudsen, Inspecteur de la gymnastique, Copenhague (Danemark).

Lefébure, Major, adjoint d'Etat-major, Bruxelles.

Lemonnier Maurice, membre de la Chambre des Représentatns, Echevin, Vice-président du Comité exécutif de l'Exposition, Bruxelles.

Dr A. Ley, Directeur de l'Institut des maladies mentales, Uccle.

Mabille, Alfred, Directeur général de l'Instruction publique et des Beaux-Arts Bruxelles.

Masey, Docteur spécial de l'Université de Bruxelles.

Mettewie, Echevin de l'Instruction publique, Molenbeek-St-Jean.

Morichar, Echevin de l'Instruction publique, St-Gilles.

Arth. Nijns, Inspecteur de l'Enseignement communal de Bruxelles.

C. Norlander, Colonel, professeur à l'Université de Lund (Suède).

Nils Sellen, Directeur de l'Institut Royal central de gymnastique de Stockholm.

Dr Oldevig, Geheimer Hofrat, Dresde.

Commodore N. C. Palmer, Royal Navy, late director of the Naval Physical Training School.

Dr Querton, Professeur à l'Ecole supérieure d'Education physique, chargé de Cours à l'Université Libre de Bruxelles.

Reyers, Bourgmestre de Schaerbeek.

Rymers, Directeur de l'Ecole normale d'Instituteurs de Bruxelles.

Selliers de Moranville, Général Commandant de la Gendarmerie Nationale.

Sluys, directeur honoraire de l'Ecole normale de Bruxelles.

Dr Prof. Schmidt, de Bonn (Allemagne).

Dr Spehl, professeur à l'Université de Bruxelles.

Docteur Tissié, président de la Ligue française de l'Education physique, Pau (France).

Prof. L. M. Törngren, Institut Royal central de gymnastique de Stockholm.

Mlle Torrekens, Directrice de l'Ecole normale d'Institutrices de Bruxelles.

MM. Van der Dussen de Kestergat, Directeur honoraire de l'Enseignement moyen, Bruxelles.

Vandervelde, membre de la Chambre des Représentants, Bruxelles.

Verbruggen, Inspecteur des Ecoles à Schaerbeek.

Warocqué, membre de la Chambre des Représentants.

Waxweiler, Directeur de l'Institut de sociologie, Bruxelles.

Dr Wettendorf, professeur à l'Ecole supérieure d'Education physique.

COMITÉ ORGANISATEUR DU CONGRÈS

Président : M. Henry De Genst, Professeur à l'Ecole Normale de Bruxelles, chargé de cours à l'Ecole supérieure d'Education physique.

Vice-Président : M. Louis Kuypers, Professeur à l'Ecole Normale de Charleroi.

Trésoriére : Mlle Blanche Detry, Professeur à St-Gilles.

Secrétaires du Congrès : MM. Jean Demaegt, Instituteur à Schaerbeek, rue des Chasseurs, 16, Woluwe-St-Pierre, Bruxelles.
Martin Pfeiffer, Instituteur à Bruxelles, 37, rue Philippe de Champagne, Bruxelles.

Secrétaires des Sections : MM. Ch. Maerschalck, Instituteur Bruxelles.
Kocké, Professeur à St-Gilles.
Mlles V. De Smedt, Professeur à Bruxelles.
K. Jentzer, Professeur à Genève.
MM. F. Marquebreucq, Instituteur à Bruxelles.
I. Schepers, Professeur à l'athénée de St-Gilles.

Membres : MM. Béro, Coenen, Coosemans, Deflandre, De Lersy, Deshommes, Dufey, d'Oliveira, Ficher, Goossens, Jottay, Lemaigre, Lespès, Quairiaux, Raeckels, Vander Elst, Van Eyser, Vienne.
Mlle Amerlinck Mme Baneux, Mlles Denève, Gérard, Gollière, Mme Hernalsteen, Mlles Jacquery A, Jacquery E., Laisnez, Leroy, Loveday, Steens, Van Campenhout, Van Cruchten, Mme Van Eyser, Mlle Verheyden.
Membres de la L. N. E. P. et Professeurs d'Education physique.

Pays représentés

Allemagne, Angleterre, Belgique, Danemark, Espagne, France, Haïti, Grand Duché de Luxembourg, Pays-Bas, Portugal, Roumanie, Suède, Suisse.

Délégations officielles

PAYS-BAS : MM. Lieutenant Colonel de l'Infanterie, *A. G. Schotman*. Directeur de l'Ecole normale de tir.

H Bierman, Capitaine de l'Infanterie, détaché auprès de l'Ecole normale.

W. J. Van Hoytema, Lieutenant en 1er des Hussards, détaché auprès du Ministère de la Guerre.

H. Van Blyenburgh, Lieutenant en 1er d'Etat Major, La Haye.

GRAND DUCHÉ DE LUXEMBOURG : MM. *P. Olinger*, Inspecteur d'Ecoles.
N. Hemmen, Instituteur-adjoint à l'Institut des Sourds-muets.

Communes représentées

Administration communale de Seraing — Délégué : M. Gauthier, Directeur des Ecoles communales.

Ville de Louvain — Délégué : M. Coenen, professeur d'Education physique.

Administration communale de Schaerbeek. — Délégué : M. Verbruggen, Inspecteur communal.

Administration communale d'Ixelles. — Délégués : M. Jottay et Mlle Gérard Professeurs d'Education physique.

Ville d'Anvers. — Délégués ; M. De Vooght et Mlle Verloog.

Associations représentées

Ecole des pupiles de l'armée, Alost.
Ecole professionnelle Bischoffsheim, Bruxelles.
Ecole normale de gymnastique et d'escrime de l'armée belge.
Ecole normale d'Instituteurs de Bruxelles.
Ecole normale d'Instituteurs de Charleroi.
Finska Kvinnors Gymnastik forbund, Finland.
Institut supérieur d'Education physique de Gand.
Kring voor lichamelijke opvoeding, Antwerpen.
La Fraternelle, société de gymnastique, Bruxelles.
Ligue française de l'Education physique.
Ligue de l'Enseignement, Belgique.
Ling Universitas, Bruxelles.
National League for Physical Education and Improvement, England.
Physical Training Club, London.
Réunion de gymnastique des Dames d'Helsingfors, Finlande.
Société de gymnastique des Dames de Genève, Suisse.
Société de Pédagogie, Bruxelles.
Société de Pédotechnie, Bruxelles.
Union des sociétés de préparation militaire de France.
Union des » » » de Belgique.

LISTE DES CONGRESSISTES.

Membres effectifs

Lefébure, Major-adj[t] d'Etat major.	Ixelles.
Henrion, Commandant de l'Ecole normale de gymnastique et d'escrime.	Etterbeek.
Docteur de Marneffe, Professeur à l'Ecole normale de gymnastique et d'escrime.	Schaerbeek.
Andries, Instituteur.	Tongres.
Delfosse L., Lieutenant, Professeur à l'Ecole normale de gymnastique et d'escrime.	Bruxelles.
Spengler, Anna.	Genève.
Stoessel, Madeleine.	Genève.
Stoessel, Marthe.	Genève.
Coulin, Adrienne.	Genève.
Sullivan, L., Professeur.	Neuchâtel.
Collan, Anni, Déléguée de « Finska Kvinnors Gymnastik forbund.	Helsingfors [Finlande].
Vasthi Runeberg.	Helsingfors.

Orban, Jeanne.	Bruxelles.
Vinio, L.	Ixelles.
Sandberg Lars, Directeur.	Bruxelles.
Delvaux, Oscar, Professeur de gymnastique et d'escrime.	Tournai.
Cochet, Hélène, Régente.	Genève.
Valencien, Eugenie, Deléguée de la Sté de gymnastique des dames de Genève.	Genève.
Chéron, Adolphe, } Délégués de l'Union des sociétés	Paris.
Binet, } de préparation militaire de France.	Paris.
Allan Broman, Délégué de National League for Physical Education and Improvement.	Londres.
Knudsen K. A., Gymnastik inspektor.	Charlottenlund [Danemark].
Lönnberg Alma, Déléguée de réunion de gymnastique de dames. [Finlande].	Helsingfors.
Bolzée, Louis.	Liége.
Verbrugge, H.	Anvers.
Grade Eugène, Capitaine au 1er régiment d'artillerie.	Gand.
Roper Reginald E..	Bucks-Angleterre.
Sadolin Frode, Médecin	Copenhague.
Richème, Eug., Professeur de gymnastique et danse.	Neuchâtel.
Van der Plassche Jeanne, Institutrice.	Schaerbeek.
Lorent, Henri, Directeur de l'Ecole normale provinciale.	Charleroi.
Longtain, Directeur des Ecoles.	Verviers.
Piret, Joseph, Professeur.	Philippeville.
Buls. } Délégués de la Ligue de l'enseignement.	Bruxelles.
Temmerman.	
Smelten.	
Groeninckx.	
Mme Houjoux.	
Raes, Henriette.	Gand.
Loreine M.	Gand.
Verstraeten, Emile, Professeur d'Ecole moyenne.	Menin.
Dr A. Vande Briel, Délégué de « Kring voor lichamelijke Opvoeding ».	Anvers.
Dehoux, Lucien.	Ixelles.
Devos, Jules, Lieutenant au 1r Régimt d'artillerie.	Ledeberg-Gand.
Devaléríola, Délégué de la « Fraternelle »	Bruxelles.
Perraut, Lieutenant-Délégué de l'Ecole des pupiles de l'armée.	Alost.
Van Dyck, Major-Commandant la Force armée du Grand Duché de Luxembourg.	Luxembourg.
Franck, Lieutenant 1r régimt de la Force armée.	Luxembourg.
Michaux, Pierre } Délégués de la Société de Pédotechnie.	Bruxelles.
Dr Querton.	
Dufey.	
Marquebreucq.	
Gollière, A. Déléguée de l'Ecole professionnelle Bischoffsheim.	Bruxelles.

Dr Marinus Meyers.	Amsterdam.
Arnould Alfred.	Bruxelles.
Spehl Paul, Délégué du « Ling Universitas »	Bruxelles.
Dr Gommaerts, Professeur à l'Université (Institut supérieur d'Education physique).	Gand.
Everaerts, Julia.	Uccle.
Dr méd. S. da Costa Sacadura.	Lisbonne.
Guilliaumé, R., Professeur.	Bruxelles.
Schoeman, H.	Liége.
André, Professeur à l'Ecole normale provinciale.	Liége.
Cossio, docteur.	Madrid.
Mme Cyriax.	Londres.
Abel Fontoura da Costa, Recteur du Lycée Passos Manuel.	Lisbonne.
Dr Lambrichts, Conseiller communal.	Liége.
Mlle Coune, Professeur à l'Ecole normale provinciale.	Huy.
Landrain, Professeur à l'Athéné.	Anvers.
Gerlings.	Bruxelles.
Butureanu C., Instituteur.	Ian [Roumanie].

Membres abonnés

Administration communale de Chênée.	
Chapelié, Général.	Ixelles.
Mlle H. Weghsteen, Supérieure Générale des Dames de la Sainte Famille.	Helmet-Bruxelles.
Patron-Paulin, Régent.	Spa.
Atkinson, E.-G.	Birmingham.
Dr J. Barrie Lambert.	Londres.
Colonel Alexis Poltoratski.	St-Péterbourg.
Delsoin.	Haïti

RÈGLEMENT DU CONGRÈS

Art. 1. — La Ligue Nationale de l'Education Physique organise à Bruxelles les 4, 5, 6 août 1910 un Congrès International de Gymnastique pédagogique, militaire, médicale et esthétique.

Art. 2. — Ce Congrès comprend cinq sections :

1re Section : Gymnastique pédagogique.

2me » Jeux. — Sports. — Préparation militaire. — Exercices d'application.

3me » Gymnastique eurythmique. — Callisthénie. — Rondes et danses.

4me » Gymnastique médicale et spéciale.
5me » Physiologie et psychologie gymnastiques. — Hygiène du mouvement.

Art. 3. — La Direction générale du Congrès appartient au Bureau du Congrès qui sera désigné lors de la séance d'ouverture.

Art. 4 — Pour devenir *membre effectif* du Congrès, à titre personnel ou à titre de délégué, il suffit d'adresser à la Trésorière une adhésion accompagnée d'une cotisation de *dix francs*.

Pour les membres adhérents de la Ligue Nationale de l'Éducation Physique la cotisation est réduite à *cinq francs*.

Ces cotisations donnent droit à : 1° participer à toutes les activités de l'assemblée ; 2° recevoir un exemplaire de chacune des publications faites à l'occasion du Congrès.

Un versement de *cinq francs* par les non adhérents à la Ligue Nationale de l'Éducation Physique donne droit à un exemplaire de chacune des publications du Congrès.

Un versement minimum du *vingt francs* donne droit au titre de membre protecteur du Congrès.

Art. 5. — Le Comité Organisateur accueillera tous les rapports et communiqués que lui présenteront les membres.

Les rapports envoyés avant le 15 juillet 1910 seront reproduit ou résumés dans une brochure spéciale, qui relatera en outre les fêtes, visites, conférences, démonstrations, expositions organisées à l'occasion du Congrès.

Les rapports parvenus après cette date seront communiqués lors du Congrès et publiés ultérieurement.

Art. 6. — Le Bureau du Congrès décidera de l'admission des rapports et des communiqués. Si une même question est développée par plusieurs auteurs, un rapporteur général pourra être nommé.

Les vœux et conclusions pratiques de chaque rapport seront soumis au vote de l'assemblée.

Art. 7. — Le Congrès comprendra des séances générales et des séances de sections. Seule la séance d'ouverture sera publique.

Art. 8. — Les rapports, communiqués et discussions pourront y être présentés en langues française, néerlandaise, anglaise, allemande, suédoise ou en toute antre langue : en ce dernier cas un

résumé sera présenté au Bureau en une des cinq langues précitées.

Art. 9. — Aucun orateur ne pourra prendre la parole pendant plus de *vingt minutes* sur un sujet déterminé, sauf avis contraire de l'Assemblée.

Art. 10. — Le Bureau fixera l'ordre du jour de chaque séance. Il se réserve la propriété des rapports, communiqués et des discussions, ainsi que le droit de les publier in-extenso, en partie ou en résumé.

Art. 11. — Les conlusions votées dans chaque section seront portées devant l'assemblée générale et adoptées ou rejetées sans discussion, après rapport par le secrétaire de la section.

Art. 12. — Le Bureau statuera sur tout cas non prévu par le présent règlement.

SÉANCE D'OUVERTURE

Jeudi 4 août 1910

La séance est ouverte à 10 h. 1/2 sous la présidence de M. H. De Genst, Président de la Ligue Nationale Belge de l'Education Physique.

Prennent place au bureau : MM. le Capitaine Bierman (Pays-Bas), Chéron (France), Cyriax (Angleterre), Delsoin (Haïti), Knudsen (Danemark), le Major Lefébure (Belgique), Olinger Gr.-Duché de Luxembourg), le Docteur Sadolin (Danemark), le Lieutenant Colonel d'infanterie Schotman (Pays-Bas), Sluys (Belgique).

Secrétaires : Mlle Leroy et M. Pfeiffer.

M. le Président prononce le Discours suivant :

Mesdames et Messieurs,

Il m'incombe, comme Président du Comité organisateur, le grand honneur d'ouvrir les travaux du Congrès international de gymnastique pédagogique, militaire, médicale et esthétique.

Au nom de la Ligue Nationale Belge de l'éducation physique, j'exprime nos sentiments de cordiale bienvenue aux délégués des Etats, des Sociétés et à tous ceux qui collaboreront à l'étude du grand problème social de l'éducation physique scientifique.

Quoique nous ayons commencé fort tard notre propagande en vue de la réussite du congrès, nous avons été heureux de

constate combien tous ceux qui, directement ou indirectement se préoccupent de la régénérescence de leur nation par l'exercice, ont répondu nombreux à notre appel.

Et leur nombre se serait accru encore dans de notables proportions, si des circonstances indépendantes de leur volonté, ne forçaient certains de nos amis à rester éloignés de nos travaux.

C'est ainsi que MM. Max et Jacqmain, respectivement Bourgmestre et Echevin de l'Instruction publique et des Beaux-Arts de la ville de Bruxelles se font excuser comme étant retenus par leur charge administrative. Il en est de même de M. Buls, président de la Ligue belge de l'Enseignement, de M. Cocq, Echevin de l'Instruction publique à Ixelles et de M. Mabille, Directeur-général de l'Instruction publique et des Beaux-Arts.

Notre ami distingué, le Professeur L. M. Törngren de Stockholm, m'écrit que nul plus que lui ne regrette de ne pouvoir se trouver parmi nous, ayant été gravement malade. Il souhaite au congrès un succès mérité, dont l'influence sera heureuse pour la jeunesse belge et qui honorera tous ceux qui ont travaillé par et pour le congrès. Pour les mêmes raisons M. le Docteur Professeur Schmidt, de Bonn et M. Jaques Dalcroze, l'éminent maître genevois ne peuvent venir à Bruxelles.

Le Dr Ph. Tissié, Président-fondateur de la Ligue française de l'Education physique, nous écrit ce qui suit :

« Je ne puis, à mon très grand regret me rendre à Bruxelles pour assister au congrès organisé par la Ligue nationale belge de l'Education physique et prendre une part active à ses travaux ».

« Ce regret est atténué cependant par la perspective de la discussion qui doit s'ouvrir à Toulouse, le 5 août prochain au Congrès international de « l'Association française pour l'Avancement des Sciences ». Cette grande Association scientifique a mis à l'ordre du jour de ses travaux, la question suivante : « *Sur la Direction de l'Education physique* ».

« Elle m'a fait l'honneur de m'en nommer le rapporteur. »

« Je serai donc à Toulouse le 5 août pour soutenir la thèse qui nous est chère en Education physique rationnelle. »

« Nos deux Ligues travailleront ainsi parallèlement, la vôtre à Bruxelles ; la nôtre à Toulouse. Notre union ne peut être que féconde pour nos deux Patries. »

« Je souhaite à la Ligue nationale belge de l'Education physique tout le succès qu'elle mérite ; sa sœur française y applaudit d'avance de tout cœur ; c'est dans cet esprit que je vous prie, Monsieur le Président, d'agréer tous mes regrets et de les faire agréer de MM. les membres du Congrès dont la Ligue Belge m'a fait l'honneur de me nommer un des vice-présidents ».

Notre ami Nils Sellen, Directeur actuel de l'Institut central de Stockholm, s'excuse par l'obligation qu'il a d'assister aux séances de la Commission de réorganisation de l'Institut central.

Malgré ces abstentions forcées, le nombre et la qualité de tous les collaborateurs de notre Congrès nous font espérer une œuvre féconde en résultats utiles.

Un fait qui prouve l'immense intérêt et la grande confiance qu'inspire la cause que nous défendons, est celui de constater la représentation importante de l'élément militaire.

Pour la première fois en Belgique, nous avons pu organiser une section où la gymnastique militaire figure à l'ordre du jour, où la préparation militaire de la jeunesse sera discutée par des spécialistes connaissant non seulement les exigences de l'organisation militaire moderne, mais aussi celle de la saine et vraie pédagogie.

Ce Congrès, tout en étant le premier qu'organise la Ligue Belge de l'Education Physique, malgré qu'il soit le premier au point de vue international qui ait subordonné ses discussions aux principes de Ling, a réuni et groupé un nombre tel de pédagogues, de militaires, de médecins, d'esthètes et a suscité partout, et spécialement dans nos grandes Administrations, une émotion si intense, que nous pouvons espérer voir, dans un avenir peu éloigné, malgré toutes les tentatives de réaction, instaurer et généraliser dans le monde, ce puissant moyen d'éduquer et de relever le niveau physique humain par le système suédois.

Une fois pour toutes, nous avons proclamé que nous en avions assez de la discussion vaine, énervante et fastidieuse des méthodes et que seule la méthode du Nord avait nos sympathies.

Que ces sympathies ne reposaient pas sur une admiration

aveugle, mais sur des études faites dans un esprit scientifique, éclairées par l'observation objective des faits et l'expérience positive, non seulement par des savants, mais par des praticiens, non seulement en Suède, mais dans le monde entier.

Ce sera le premier résultat, d'ordre moral, j'en conviens, que ce Congrès aura obtenu.

Ces sympathies ne vont pas jusqu'à déclarer, nos ennemis nous prêtent parfois ces allégations afin de nous discréditer dans l'opinion du monde scientifique, jusqu'à déclarer que tout est parfait et que la méthode ne doit plus évoluer.

C'est pourquoi nous avons défini le but du Congrès de la manière suivante :

Etudier les divers moyens d'éducation physique tant aux points de vue pédagogique et militaire que médical et esthétique ; contribuer, théoriquement et pratiquement, à faire évoluer l'application des principes de la méthode de Ling, dans le sens des données de la science et des exigences de la vie moderne ; tâcher de favoriser l'expansion de toutes les formes rationnelles de culture physique et de formuler les lois de l'hygiène appliquée au mouvement.

C'est dans cet esprit que nous devons unir nos efforts pour arriver à atteindre le but commun : celui de former des hommes intégralement et harmoniquement développés, au caractère noble, énergique et libre.

Permettez-moi de rendre hommage et de remercier ici publiquement la Ville de Bruxelles, pour l'immense appui qu'elle nous a accordé généreusement en nous permettant l'organisation et la réalisation pratique du Congrès International de gymnastique pédagogique, militaire, médicale et esthétique.

J'ai l'honneur de vous proposer d'envoyer à notre Souverain, à notre Gouvernement et à la Ville de Bruxelles des télégrammes leur annonçant l'ouverture du Congrès, les sentiments respectueux que nous avons à leur égard et le désir que nous formulons de leur communiquer, à l'issue de cette session, les différentes résolutions prises dans un but de progrès et de bonheur humain.

Discours de M. A. SLUYS

Directeur honoraire de l'Ecole normale d'Instituteurs de Bruxelles.

Je dois à ma qualité d'être le moins jeune de cette assemblée l'honneur de prendre la parole après le Président. Devant les hommes éminents délégués par les Etats étrangers, je veux faire un examen de conscience nationale sur ce qui s'est fait en gymnastique depuis un demi-siècle. J'ai parcouru toute l'évolution de l'école depuis 1859. Il y a cinquante ans, en effet, j'entrai à l'école communale de la rue de Locquenghien, à Bruxelles, et je suis frappé de la transformation radicale, profonde et extraordinaire qui s'est accomplie depuis. A cette époque, les classes étaient surpeuplées, la ventilation inconnue, la lumière parcimonieusement répartie, les salles froides et humides, les bancs trop haut ou trop bas.

Les élèves étaient placés dans des conditions hygiéniques extraordinairement mauvaises. Ils restaient enfermés dans ces locaux insalubres pendant toutela journée ; les récréations étaient inconnues parce que, dans les plans, on n'avait pas prévu de cour. Heureusement, grâce à l'initiative de la Ligue de l'Enseignement, fondée en 1865, une école modèle (celle dans laquelle nous nous trouvons) fut créée en 1875. C'est elle qui servit de modèle à tous les établissements scolaires modernes. Les écoles sont bâties actuellement sur des données pédagogiques, hygiéniques et esthétiques ; de grandes cours sont réservées aux récréations et aux jeux en plein air ; les élèves conduits par leurs instituteurs se rendent aux plaines de jeux, vont, au cours des excursions, étudier les notions scientifiques dans la nature même. Les petits vont dans la forêt, à la campagne ; les grands dans la Campine, l'Ardenne, au bord de la mer ; souvent même ils rayonnent hors de la frontière : en France, dans les Pays-Bas, le Luxembourg, l'Allemagne. L'éducation physique est devenue inséparable de l'éducation intellectuelle et morale. Notre but suprême est de former des individus sains, capables de remplir leurs devoirs de citoyen, ayant un corps vigoureux et excercé au service d'un cerveau rationnellement développé.

La Belgique est située au carrefour des grandes nations européennes ; si elle a été dans le passé le champ de bataille de l'Europe guerrière, elle doit à cette situation géographique de pouvoir profiter des éléments de civilisation des grands peuples voisins.

On commença à s'occuper d'éducation physique vers 1840 ; l'impulsion nous fut donnée par la France : de 1818 à 1832, Amoros, colonel espagnol de Napoléon, avait dirigé à Paris un système de gymnastique athlétique et violent. Des gymnasiarques formés à cette école de gymnastique pratiquèrent dans notre pays.

Mais un autre courant, dû à l'influence allemande, se forma en Belgique. Vater Jahn, s'inspirant des idées de Gutsmuths qui, à la fin du XVIIIe siècle, avait écrit des traités admirables sur la gymnastique pour la jeunesse, sur la natation, les jeux en plein air, résolut, après les sanglantes défaites que Napoléon avait infligées à l'Allemagne, de régénérer celle-ci au moyen de la gymnastique.

Plusieurs Belges allèrent en Allemagne étudier ce système, notamment Isenbaert, Cupérus. Un professeur allemand, M. Happel, contribua aussi à répandre dans les sociétés les enseignements de Gutsmuths, Jahn, Spiess, qu'il développa personnellement dans un ouvrage considérable.

Des sociétés de gymnastique furent fondées par eux. Les salles d'exercices étaient au début des hangars. Le sol était couvert de tan et garni d'appareils imaginés par Gutsmuths, Jahn, Spiess et Clias. On y apprenait des exercices extraordinaires d'acrobatie.

La gymnastique fut introduite dans les écoles normales en 1842 et dans les écoles moyennes en 1850. Les cours étaient donnés par des hommes de bonne volonté, formés par les sociétés, mais non préparés à la gymnastique pédagogique.

J'avais eu mon attention attirée par de petites brochures sur la gymnastique suédoise, que nous croyions être une gymnastique de malades. J'eus la chance, en 1884, d'être envoyé en Suède. Je vis là que la gymnastique de Ling, appliquée depuis le jardin d'enfants jusqu'à l'Université, n'était pas du tout une gymnastique de malades, mais bien un puissant moyen éducatif.

Je revins de Stockholm et je me mis à faire de la propagande en faveur de la gymnastique suédoise.

En 1898, une commission fut nommée par l'administration communale de Bruxelles ; elle conclut à l'adoption des principes gymnastiques de Ling.

Nous fûmes aidés dans notre propagande par M. Lefébure, qui, lui aussi, comprenait l'avantage de la méthode de Ling : en mission en Suède, il y avait pris plusieurs centaines de clichés au cours de leçons données dans diverses institutions.

Revenu en Belgique, il exposa admirablement dans de nombreuses conférences les principes de la gymnastique suédoise. Il la fit appliquer à l'école normale de gymnastique et d'escrime de l'armée qu'il dirigea avec une haute compétence. Il rédigea également un excellent traité qui marque une époque dans l'histoire de l'éducation physique. C'est pourquoi je lui adresse un hommage public en ouvrant notre Congrés.

Une école supérieure d'éducation physique a été fondée à Bruxelles : la gymnastique scientifique d'après Ling y est enseignée.

Aujourd'hui, petit à petit, suivant les moyens budgétaires, nos gymnases se transforment. Nos élèves se rendent par tous les temps dans les bassins de natation, nous avons vaincu l'hydrophobie d'antan. Les jeux populaires reprennent et nous assistons à une transformation complète de nos mœurs, grâce à l'éducation physique.

Nous considérons la gymnastique non pas seulement comme un moyen d'éducation physique, mais surtout comme une méthode d'éducation morale : ce n'est pas le développement de la force brutale que nous devons vouloir, mais celui de l'énergie morale, de la volonté ; le corps doit être le serviteur de l'esprit ; la gymnastique le discipline ; elle exalte le courage, elle apprend à être prudent, en donnant à celui qui la pratique la conscience de ses aptitudes véritables.

Je salue les délégués étrangers et je souhaite au Congrès un travail fécond et utile.

Discours de M. Adolphe CHÉRON

Président de l'Union des Sociétés de préparation militaire de France.

Appelé à l'honneur de prendre la parole au nom des délégués étrangers, je suis heureux de remercier du fond du cœur les organisateurs du Congrès international de gymnastique pédagogique, militaire, médicale et esthétique.

Nous recevons, dans cette hospitalière et charmante cité bruxelloise un accueil amical, fraternel même. Laissez-nous en attribuer le mérite à l'Administration communale qui accorde son patronage à notre réunion, aux maîtres de cette Ecole normale qui nous abrite, à son Directeur honoraire dont nous venons d'applaudir l'éloquence et le savoir, et aux membres de la Ligue nationale belge de l'Education physique, dont le Président éminent, en particulier, secondé par de distingués collaborateurs, montre tant d'empressement auprès de ses hôtes de quelques jours.

Au nom des délégués de toutes les nations groupés ici en nombre tel que leur affluence est un témoignage certain du succès de votre initiative, je m'associe aux télégrammes que vous avez proposés à l'adresse de vos Souverains, de votre Gouvernement et de la ville de Bruxelles, et je vous donne l'assurance que notre zèle répondra à votre attente.

Vous nous avez appelés pour étudier les divers moyens d'éducation physique aux points de vue pédagogique, militaire, médical et esthétique ; vous nous avez proposé de contribuer théoriquement et pratiquement à faire évoluer l'application des principes de la méthode de Ling, dans le sens des données de la science et des exigences de la vie moderne ; vous nous avez demandé enfin de tâcher de favoriser l'expansion de toutes les formes rationnelles de culture physique et de formuler les lois de l'hygiène appliquées au mouvement.

Nous n'aurions su manquer d'entendre cette triple invitation. Nous sommes donc venus avec la pensée de contribuer, par notre

labeur assidu sur le domaine de l'éducation physique rationnelle, à accélérer la marche du progrès général d'où l'humanité toute entière attend plus de vertu, plus de beauté, plus de bonté.

Monsieur le Docteur Lambrichs, échevin à Liége, parle au nom des grandes communes belges représentées au Congrès. Il signale les préjugés qui existent encore en matière d'hygiène. Il est nécessaire que les Administrations inscrivent l'éducation physique aux programmes de leurs écoles. Il émet le vœu de voir l'enseignement de l'éducation physique inscrit au programme obligatoire des écoles et promet l'appui le plus complet des communes wallonnes pour la régénérescence physique par la gymnastique.

Le Président remercie les orateurs, indique les locaux où siégeront les différentes sections, celles-ci formant leur bureau, organisant leurs travaux et fixant leur ordre du jour d'une manière autonome ; il fait observer que deux ou plusieurs sections peuvent se réunir en une séance générale et propose de former les sections de la façon suivante :

1re section : Président, M. Sluys ; Secrétaire, M. Maerschalck.

2me section : Président, M. Knudsen ; Secrétaire, M. Kocké.

3me section : Président, Mlle Jentzer ; Secrétaires, Mlle Desmedt et M. Ficher.

4me section : Président, M. Dr Cyriax ; Secrétaire, M. Marquebreucq.

5me section : Président, M. le Dr Masay ; Secrétaire, M. Schépers.

La Séance est levée à midi.

Congrès International
de Gymnastique
Bruxelles, les 4, 5, 6 août 1910

1re et 5me Sections

BUREAU ORGANISATEUR :
Première section
Gymnastique pédagogique.

Président : M. le Professeur L. M. Törngren, Stockholm, Suède.

Vice-Présidents : MM. Lefébure, Major, Adjoint d'Etat-major, Bruxelles.
A. Sluys, Directeur honoraire de l'Ecole normale d'Instituteurs, Bruxelles
Dr Ph. Tissié, Président de la Ligue française de l'Education physique, Pau.

Secrétaire : M. Ch. Maerschalck, Rue Courtois, 32, Molenbeek-Bruxelles.

Questionnaire.

I. — Comment l'enseignement de la gymnastique doit-il être adapté aux différents degrés scolaires ?

1. Exposé de l'état actuel de la gymnastique pédagogique dans chaque pays : But, programme, organisation, travaux et méthodes.

2. But et caractères des exercices aux différents âges physiologiques.

3. Plan général et programmes spéciaux du jardin d'enfants, de l'école primaire, de l'école moyenne, de l'université, de l'école technique ou professionnelle, des œuvres post-scolaires.

4. Différences caractéristiques de la gymnastique pédagogique des deux sexes.

5. Organisation de l'enseignement de la gymnastique dans les centres urbains et ruraux. Conditions permettant de confier l'enseignement à des spécialistes pédagogues-gymnastes.

6. Moyens d'assurer le recrutement d'un personnel enseignant compétent.

7. Caractères de la leçon aux différents âges.

8. Age auquel la gymnastique en plein air s'adapte le mieux.

9. Exercices qui, par leur effets éducatifs spéciaux, conviennent spécialement à certains âges.

10. Principes éducatifs servant de base à la gymnastique de sociétés.

II. — Dans quelle mesure les exercices gymnastiques doivent-ils entrer dans l'éducation intégrale et quelles sont les lois de leur enseignement ?

1. Rapports de l'éducation physique avec l'éducation intellectuelle et morale.

2. Précautions à prendre en vue d'assurer, par la gymnastique pédagogique, la formation intellectuelle et morale.

3. Moyens dont l'éducation physique dispose pour contribuer à former la personnalité des élèves.

4. Moyens de rendre la gymnastique pédagogique attrayante.

5. Schéma de la leçon ; dosage des exercices ; la correction dans la forme et l'exécution des exercices.

6. Installations gymnastiques complètes et modes spéciaux d'adaptation réduite.

7. Costume. Types en usage.

8. Engins mobiles. Exercices à adopter ou à proscrire.

9. Rôles respectifs du médecin et du pédagogue en gymnastique pédagogique.

III. — Est-il utile d'internationaliser la gymnastique pédagogique scientifique et quels sont les moyens d'y arriver ?

1. Evolution historique et progressive de la gymnastiqne pédagogique.

2. Causes de la grande variété des systèmes nationaux.

Cette variété repose-t-elle sur des différences de principes ou d'application réduite ?

3. Moyens d'études, de propagande et de collaboration internationales.

4. Organisation d'un Office international d'informations et de renseignements.

5. Création d'une Revue internationale d'éducation physique.

6. Fondation d'un musée international permanent d'Education physique scientifique.

7. Bases de l'unification du langage gymnastique écrit ou parlé : abréviations, notations et symboles.

8. Unification des commandements gymnastiques dans chaque pays. Rôle des autorités.

Cinquième section

Physiologie et psychologie gymnastiques. Hygiène du mouvement.

Président : M. le Dr Prof. Schmidt (Bonn).

Vice-Présidents : M. le Dr Spehl, professeur à l'Université de Bruxelles.
M. le Dr Masay, docteur spécial de l'Université de Bruxelles.

Secrétaire : M. I. Schépers, 91, rue Rodenbach, Forest.

Questionnaire.

I. — Examen au point de vue physiologique, de différents groupes de la leçon suédoise et de leurs effets sur les grands systèmes de l'organisme.

1) La même question appliquée à chacun des groupes de la leçon ;

2) Influence de l'horaire ;

3) Influence de l'exercice généralisé, localisé ? Peut-on attribuer à un ex. gymn. exécuté pendant la leçon suédoise — même journellement — une influence appréciable ?

4) Convient-il de suivre toujours le schéma suédois ? Quand faut-il s'en écarter ?

II. — Quelles sont les lois hygiéniques spéciales applicables au mouvement ?

1) Dosage, entraînement ;

2) Horaire (répartition et durée des leçons) ;

3) Aération des gymnases ;

4) Douches et hydrothérapie.

*
* *

Comment il faut interpréter l'enseignement de la gymnastique au jardin d'enfants.

Rapport présenté par Mme VAN EYSER-ALLAR.
Professeur d'Education physique, Bruxelles.

Quel heureux évènement que celui de l'introduction du piano dans les jardins d'enfants de la ville de Bruxelles ! Cette innovation sensationnelle, due à Mme Destrée, Inspectrice des jardins d'enfants, répond aux besoins de l'enfant, à la nécessité de provoquer chez lui la joie, le plaisir.

Le bébé n'est-il pas heureux de danser au son de la musique ? En promenade, ne le voyons-nous pas marcher allègrement, au son d'une fanfare, lui qui tantôt se laissait traîner par sa mère ? Le pauvre petit être, qui quitte son misérable logis, pour entrer au jardin d'enfants, entrevoit un coin de paradis.

Lorsque la maîtresse fait entendre pour la première fois les accords harmonieux du piano, il reste d'abord ahuri, frotte une dernière larme, puis bat des mains, trépigne et veut déjà marquer la mesure de ses pas incertains ; la gaucherie qui accompagne ses premiers essais est charmante.

La maîtresse entame une ronde dont le refrain est répété avec enthousiasme par toute la classe. Les petits sont conquis ; demain ils arriveront confiants et réclameront bien vite ce qui les a tant amusés la veille.

Par l'exécution, avec accompagnement de piano, des marches, des rondes et des exercices gymnastiques, les enfants acquièrent infailliblement la sûreté, l'aisance et la grâce dans la démarche, le sentiment du rythme et de la cadence.

Les exercices gymnastiques se font au moyen d'engins divers : cerceaux, bâtons de cerceaux, grosse corde circulaire, balle. Etant variés, ils plaisent à l'enfant et n'engendrent pas l'ennui. L'attention des tout petits, est difficile à captiver ; or, l'importance de cette qualité est capitale au point de vue de la formation du corps et de l'esprit. Il faut donc la provoquer en variant sans cesse les moyens mis en œuvre pour la soutenir. Cette attention est, chez les enfants, toute spontanée.

La musique, par ses charmes, rend infime le nombre d'enfants inattentifs. Les sons agréables font l'éducation de l'ouïe et procurent des émotions esthétiques.

Jaques-Dalcroze dit que celui qui se destine à l'étude d'un instrument devrait être préparé d'une façon tout intuitive. Tout en poursuivant notre but purement éducatif — entendu dans le sens le plus large du mot et non dans le sens d'une spécialisation — nous pouvons tirer grand parti des exercices gymnastiques exécutés en musique. Ils soutiennent l'attention et permettent à l'enfant de maintenir la même allure et le même rythme dans la répétition du mouvement. Ils fortifient les muscles, assurent le fonctionnement harmonique des organes et forment le caractère en développant la volonté, considérée comme pouvoir d'impulsion, comme principe moteur, comme pouvoir d'inhibition.

Au début, lorsque l'enfant veut faire rebondir une balle, il ne la lance pas : il craint de la lâcher, il se baisse et se redresse sans l'avoir laissée s'échapper. Après quelques séances, il l'abandonne à une toute petite distance du sol et ce n'est que petit à petit qu'il devient maître du mouvement à lui imprimer, qu'il attend, fièrement campé, le retour de la balle.

Les centres nerveux ont été exercés ; seuls les muscles nécessaires à l'exécution du mouvement se sont contractés. Ainsi préparé, l'enfant effectue des mouvements bien rythmés, d'une façon presque automatique.

A partir de ce moment, le mouvement gymnastique n'absorbe plus entièrement son attention. Celle-ci se fixe davantage sur la musique.

Les rondes et les danses ont un attrait tout particulier pour les enfants. Elles répondent au besoin instinctif que ceux ci éprouvent de chanter et de mimer. Peut-on concevoir la danse sans accompagnement de piano ? Il faut être témoin d'une de ces sauteries joyeuses pour être convaincu de tout le plaisir qu'apporte la danse. Il faut voir avec quelle insistance les bambins réclament les rondes qu'ils exécutent avec un fol entrain.

Leurs gestes sont gracieux et malicieux tout à la fois ; ils incarnent le rôle qui leur est attribué et le remplissent avec tant de naturel que l'on se sent charmé et surpris.

Le bonheur brille dans les yeux, l'animation rougit les pommettes, la joie éclate et déborde. Cette joie saine influe heureusement sur le développement de l'enfant et sur son caractère.

L'attention instable de l'enfant réclame une grande diversité dans les moyens à employer pour la soutenir. L'institutrice frœbelienne fera utilement, à cette fin, jouer les historiettes déjà racontées pendant les causeries. Toutes se prêtent, lorsqu'elles sont ingénieusement présentées, à une adaption gymnastique. (Voir « Revue Gymnastique », tome II, page 248).

On peut parfaitement dans ces conditions donner une leçon complète, même en suivant un des schémas employés dans la méthode de Ling. Le mouvement n'apparaît plus alors sous sa forme aride et plaît aux enfants.

Ce système exige évidemment de la part de la maîtresse une préparation longue et difficile, réclamant des connaissances bien établies en matière d'éducation physique.

L'introduction de la musique entraîne également pour l'institutrice la nécessité d'apprendre à toucher du piano.

L'évolution du système Froebel et son amélioration progressive, sinon dans ses principes, du moins dans ses applications, font surgir des exigences pédagogiques nouvelles : l'institutrice frœbelienne doit perfectionner ses qualités et se tenir au courant des progrès qui résultent des idées modernes sur la pédagogie de la première enfance.

Conclusions :

1. Exécution de marches et exercices gymnastiques avec engins variés : cerceaux, bâtons de cerceaux, balles, grande corde circulaire, petites cordes, etc.

2. Ces exercices s'exécuteront en majeure partie avec accompagnement de piano.

3. Enlever au mouvement gymnastique son caractère classique, quelque peu aride, en le présentant comme l'interprétation des actes des personnages d'une historiette racontée précédemment pendant une causerie.

4. Le caractère dominant de la gymnastique doit être le plaisir.

5. Jeux : a) Collectifs.
b) Individuels, libres (avec jouets).

6. Enseigner à chaque leçon un mouvement correctif qui apparaît comme récompense.

RÉSUMÉ DE LA DISCUSSION.

Mme Van Eyser (Bruxelles) donne lecture des conclusions de son rapport.

M. Laurreyssens (Anvers). — Le caractère dominant de l'éducation physique au jardin d'enfants devrait être l'agrément.

J'ai assisté à plusieurs démonstrations où l'on faisait des jeux méthodiques. Combien de temps a-t-il fallu pour les enseigner? Il me revient que des institutrices de Bruxelles demandent un, voire même trois mois ! Quel énervement, quel ennui pour les enfants et pour les institutrices ! Que devient l'agrément dans cette conception spéciale ? Aussi, je propose de rayer du programme les jeux méthodiques, le temps consacré à leur étude pouvant être utilement employé au développement physique et intellectuel des enfants.

Je ne puis admettre qu'on fasse des démonstrations avec les élèves des écoles gardiennes. Leur faire subir un long et ennuyeux dressage en vue de représentations, un tant soit peu théâtrales, est tout ce qu'il y de plus antipédagogique.

Mme Van Eyser (Bruxelles). — Je suis d'accord avec M. Laurreyssens pour réclamer la suppression de ces spectacles dans lesquels chaque enfant doit remplir un rôle en vue de former un ensemble agréable pour le spectateur, et propre à attendrir les mamans.

A Bruxelles, ces représentations ne se font plus. On demande aux institutrices d'organiser, lors des distributions de prix, une leçon de gymnastique, des rondes, des jeux donnant la synthèse du travail de l'année. La démonstration à laquelle vous avez assisté hier en est un exemple. Les enfants n'avaient reçu aucune préparation en vue de cette séance.Les institutrices dont parle M. Laurreyssens ont certainement mal interprété le programme. Les exercices, jeux, rondes constituent la majeure partie des moyens qui, sous la rubrique « Gymnastique », sont employés au jardin d'enfants pour éveillerles centres psychiques, développer l'adresse, et augmenter l'énergie corporelle.

M. Sluys, (Bruxelles). — M. Laurreyssens ne se place pas à ce point de vue : il vise à la suppression des représentations

théâtrales qui furent introduites dans les écoles par les Jésuites, au XVIe siècle, à l'occasion des distributions de prix. Le système éducatif jésuitique a été appliqué longtemps, à tel point qu'il en reste encore aujourd'hui des traces dans les écoles primaires et moyennes et même dans les jardins d'enfants.

Les distributions de prix sont des récompenses factices. C'est un moyen antiéducatif, exerçant une mauvaise iufluence sur la culture morale.

J'ai moi-même vu exécuter en Belgique, dans certains jardins d'enfants, des représentations nécessitant, outre les accessoires de théâtre, un long dressage des élèves. Ces exhibitions, très agréables pour les spectateurs, ne sont pas à la portée des enfants. Ceux-ci en sont plutôt les victimes.

Mais s'il faut abandonner la façon de faire que je viens d'indiquer, il est cependant nécessaire de donner des démonstrations indiquant ce que les enfants ont appris normalement à l'école.

Les observations de M. Laurreyssens sont exactes lorsqu'elles visent la déformation dont il a été question précédemment.

Mais il est utile pour les élèves et pour les parents de convoquer ceux-ci à l'école et de leur montrer ce que les premiers savent faire. C'est une manière d'associer l'école et la famille pour l'éducation des enfants et de faire connaître l'école aux parents. Des exercices gymnastiques, des jeux, des chants exécutés par les élèves, sans fastidieuses répétitions, font seuls les frais de ces démonstrations.

Quelqu'un pourrait-il dire si, à l'étranger, on fait aussi de ces démonstrations à grand spectacle ?

Dr Cyriax (Londres). — En Angleterre, cela ne se fait pas au jardin d'enfants.

Mlle Loveday (Vilvorde). — En Suède, on fait des démonstrations comme celles préconisées par M. Sluys.

M. Olinger (Mersch-Luxembourg). — Dans le Grand-Duché du Luxembourg, elles n'existent pas.

M. Sluys (Bruxelles) constate que la pratique des distributions de prix à grand spectacle est abandonnée partout, sauf en Belgique et en France.

Je crois que nous pouvons admettre les conclusions de Mme

Van Eyser. Elles concordent d'ailleurs avec celles de M. Kuypers dont nous examinerons le rapport ultérieurement.

M. De Genst (Bruxelles). — Fait observer que, par des exercices appropriés, conduits progressivement, on peut développer, d'une manière étonnante, les qualités innées, souvent insoupçonnées, chez les jeunes enfants.

Une des facultés qu'il faudrait cultiver est l'acte de la préhension. L'enfant, en règle générale, a les mains et les doigts relativement faibles; il ne peut saisir avec suffisamment de force et de résistance. C'est pourquoi M. De Genst désirerait voir ajouter au programme proposé, des exercices spéciaux de prehension. Ces exercices pourraient se faire aux appareils de gymnastique fixés ou mobiles; ils se feraient sous forme de jeux et l'on observerait dans leur exécution la règle pédagogique d'immobiliser le moins possible l'enfant et de lui accorder le maximum de mouvement dynamique : les déformations et les atrophies naissent surtout de la fixation des segments corporels dans de mauvaises attitudes.

M. Sluys (Bruxelles) n'est pas de cet avis. Il ne faut pas introduire d'appareils gymnastiques proprement dits au jardin d'enfants. Ils nécessiteraient tout d'abord une dépense trop considérable, et puis, il y a moyen de faire exécuter, sans engins, les exercices préconisés. Il ne suffit pas d'apprendre à l'enfant à saisir un objet avec force, il faut aussi qu'il sache le prendre avec délicatesse.

M. Sluys pose la question suivante :

Les éducateurs ne devraient-ils pas étudier les jeux du folklore ? En Belgique, nous avons le remarquable ouvrage de Teirlinck et Decock : « *Kinderspel en Kinderlust* », comprenant huit volumes.

Le programme des écoles primaires de la ville de Bruxelles recommande au personnel d'y puiser des jeux d'enfants. Les jeux qui ont traversé les siècles, tels le jeu de balle, les billes, d'autres encore, sont excellents.

Fait-on en quelque chose de ce genre à l'étranger ?

Il résulte des réponses faites par MM. Cyriax (Angleterre) et d'Oliveira (Portugal) qu'il existe sur cette matière très peu d'ouvrages dans leurs pays respectifs.

Mlle Loveday (Suède) communique la liste suivante :

Sanglekar fran Nääs, publié par Otto Hellgren.
Lekstugan, publié par Svenska Folkdansens Vänner.
Sangdansar, publié par Nordiska Museet.
Stockholms Folkskolors Lekserie, Häft III, Ring-och andra Sanglekar, arrangé par Sigrid Sjöberg et Anna Lundgren.

M. Olinger (Mersch) — Dans le Grand-Duché de Luxembourg on fait beaucoup de folklore. Il y existe même plusieurs ouvrages relatifs à cette question.

Mlle Valencien (Genève). — A Genève nous avons les « Rondes » réunies par Mme Ballet. Nous les introduisons petit à petit dans l'école.

M. De Genst (Bruxelles) signale à l'assemblée que les deux ouvrages cités figurent à la bibliothèque du Congrès. Il ajoute : « Nous vivons beaucoup trop dans le passé ; il faut aussi vivre pour l'avenir. Cette idée a d'ailleurs été soulevée par un membre de la 3e section lors de la discussion sur les rondes populaires. (1)

Il ne suffit pas de ressusciter toujours et invariablement les mêmes jeux et les vieilles rondes dont je ne méconnais certes pas la valeur éducative, surtout si on en fait une sélection sévère et indispensable ; il faut chercher des formes nouvelles, mieux adaptées à notre milieu et à notre vie sociale actuels.

Voyez les tendances contemporaines de l'art, voyez l'évolution dans tous les domaines et vous concluerez à l'adoption de nouveautés, imaginées dans un esprit de simplicité, de saine joie et de beauté pure pour ce qui regarde les rondes et les jeux.

C'est autour de nous que nous devons prendre nos sujets ; c'est la vie elle-même qui sera notre source et notre but. Inspirons-nous des scènes vécues soit dans la grande industrie, soit dans les travaux agricoles ou les occupations des grandes cités.

Et c'est par l'école que devra se faire l'introduction de ces jeux dans le peuple qui, à leur contact, vibrera avec une force et une émotion d'autant plus grandes que les moyens employés se rapprocheront de la vérité et de la vertu morale ».

Mlle Valencien (Genève). — Dans son livre, Mme Ballet donne un « type ». L'institutrice a toute liberté quant à la création de nouvelles rondes d'après le modèle donné.

(1) Voir discours de M. Roper, R. E., Eton College (Windsor).

M. Sluys (Bruxelles). — Les deux idées ne sont pas exclusives l'une de l'autre. On pourrait donc s'inspirer du passé pour faire des rondes modernes dans lesquelles on introduirait cette naïveté qui caractérise si bien les rondes anciennes.

Les conclusions proposées sont adoptées.

But et Caractères des Exercices gymnastiques aux différents âges physiologiques.

Rapport présenté par M. L. KUYPERS

Professeur à l'Ecole Normale de Charleroi.

Nécessité d'étudier l'homme individuellement dans son évolution physique et cérébrale pour pouvoir déterminer l'exercice physique qui convient à son état physiologique spécial.

3 à 8 ans : Le jeu qui procure la joie, l'amusement. — Progression à suivre dans les *jeux :*

Jeux individuels libres ;
» » méthodiques ;
» simultanés libres ;
» collectifs surveillés, méthodiques ;
» imitant les métiers ;
» gymnastiques (exercices gymnastiques sous forme de gymnastique respiratoire, jeux).

8 à 11 ans : *Jeux libres, gymnastiques et pédagogiques.*

Gymnastique : Ses caractères : pas épuisante, mais mouvementée et gaie ;
Intégrale ;
Esthétique et corrective ;
Educative de la volonté et de l'attention ;
Respiratoire et abdominale ;
Peu d'appareils. —

Natation : Sa nécessité. —

Excursions scolaires.

11 à 14 ans : C'est une époque qui réclame une très grande attention de la part des éducateurs : des modifications complètes se font dans l'organisme. C'est une étape caractérisée par la poussée du système nerveux, surtout du cerveau. Pendant la *période prépubère*, le *thorax*, ainsi que le *cœur*, subissent un arrêt de développement. Nos matériaux nutritifs servent alors à assurer le développement organique du squelette et des muscles. Si nous demandons au corps, par des mouvements intenses et de longue durée, l'énergie qu'il ne possède pas (puisque à toute poussée de croissance physique correspond un affaiblissement de la santé) il s'affaiblira nécessairement.

Vers cet âge les leçons de gymnastique ne pourraient pas dépasser 50 minutes, mais devraient être données fréquemment.

Vers **14-15 ans** se manifestent les symptômes de la *puberté*, période la plus dangereuse de toutes, surtout parce que la vie scolaire est alors très intense et irrégulière. Nous venons de voir que, dans la période préparatoire, la croissance se fait par bonds, par poussées ; elle subit maintenant un temps d'arrêt parce que toute l'activité physiologique se porte vers la fonction de reproduction. Cette période est caractérisée par un certain affaissement musculaire, la fatigue se déclare vite, l'enfant est triste, boudeur, indiscipliné, a souvent des maux de tête. La conception ordinaire est qu'il faut alors des mouvements brutaux, énergiques, pour lutter contre cette somnolence physique et psychique. C'est une erreur : il ne faut pas cesser la gymnastique, mais la faire douce et calmante, pour régulariser les fonctions.

Exercices à proscrire : Exercices de force et de fond (squelette, muscle, cœur, cerveau).
Sports.

Exercices à prescrire : Exercices de vitesse correctement coordonnés.
Jeux pédagogiques sportifs simples.
Gymnastique corrective.

Après cette période l'enfant est complètement changé. Les exercices qui conviennent à cet âge sont :

a) *Gymnastique corrective et intégrale* (précision : les centres d'association se forment).

b) *Mouvements plus énergiques :* Jeux sportifs, gymnastique d'application, sports.

Grande importance morale de l'exercice à cet âge.

Age adulte (25-50 ans) : L'homme, en pleine possession de ses forces, peut, sans dangers, s'adonner à des exercices de force, de fond et de vitesse.

Age mûr : Mouvements pour : articulations, abdomen, poumons.

Décroissance : Affaissement du corps. Diminution d'intensité. Repos suffisant.

Femme

Jusqu'à l'âge de **11-12** ans, l'éducation physique de la jeune fille est sensiblement la même que celle du jeune homme. On donne la préférence :

1° Aux jeux *doux, de grâce, de souplesse ;*
2° Aux exercices de *callisthénie, aux danses ;*
3° » » *abdominaux ;*
4° » » *d'équilibre et de respiration ;*
5° A la *natation.*

Vers **12 ans** débute la période prépubère. — Peu de sauts : la disposition spéciale des organes génitaux contre-indique la pratique de *sauts* violents. — Il faut surtout fortifier les muscles abdominaux pendant l'enfance.

De **13 à 15 ans** (puberté) : exercices moins intenses que dans les périodes précédentes.

Précautions à prendre à certaines époques.

Exercices qui sont toujours à condamner : *exercices de force.*

L'Education physique des jeunes filles entre **16 et 18 ans** peut être aussi intensive que celle des garçons. A recommander :

Exercices gymnastiques abdominaux et respiratoires.
Exercices et jeux sportifs.
Natation.
Sports doux.

Chez la femme, nous devons surtout aider au développement physique dès la première enfance. Les exercices les plus intenses sont d'autant moins à craindre pour la jeune fille

qu'elle y aura été préparée plus hâtivement. Le système musculaire de la femme ayant été longuement préparé, elle n'aura pas à craindre de se livrer aux sports ; mais si, au contraire, elle est insuffisamment ou tardivement entraînée, la femme s'expose à des accidents plus ou moins graves.

La culture physique féminine, entourée des précautions nécessaires, devient une nécessité sociale. Elle constitue l'aide indispensable au développement physique et intellectuel, le régulateur du système nerveux et contribue puissamment à l'éducation morale de la femme.

Caractères de la leçon aux différents âges.

I. 6 à 8 ans.

1. Disposition. Correction.
2. Jeu calme : Equilibre.
3. Jeu de Course.
4. Respiration.
5. Exercices de Tr. ou jeu.
6. Sautillements, sauts : Jeu.
7. Respiration.

4/5 jeu ; 1/5 gymnastique.

La leçon de gymnastique est une leçon de jeux dirigés.

II. 8 à 10 ans.

1. Exercices d'ordre et préparatoires simples.
2. Extensions dorsales simples.
3. Suspensions faciles.
4. Equilibres faciles.
5. Marches, Courses : Jeu.
6. Tronc : Jeu.
7. Sauts : Jeu.
8. Exercices respiratoires.

2/5 gymnastique.
3/5 Jeu,

III. 10 à 13 ans.

1. Exercices d'ordre, correctifs et préparatoires.
2. Extension dorsale.
3. Suspensions.
4. Equilibre.
5. Marches et Courses.
6. Exercices abdominaux.
7. Exercices dorsaux.
8. Exercices latéraux.
9. Sauts.
10. Exercices respiratoires.

Schémas plus compliqués.

A.

1. Exercices d'ordre, correctifs, préparatoires.
2. Extension dorsale.
3. Suspensions.
4. Equilibre.
5. Exercices dorsaux.
6. Marches et courses.
7. Exercices abdominaux.
8. Exercices des jambes.
9. Exercices latéraux.
10. Equilibre.
11. Sauts.
12. Exercices respiratoires.

B.

1. Ex. correctifs et préparatoires.
2. Extensions dorsales.
3. Suspensions.
4. Equilibres.
5. Exercices des jambes (fentes).
6. Exercices dorsaux.
7. Marches et Courses.
8. Exercices abdominaux.
9. Exercices alternatifs du Tronc.
10. Exercices des jambes.
11. Suspensions.
12. Exercices de Tronc.
13. Exercices dérivatifs.
14. Sauts.
15. Exercices calmants et respiratoires.

RÉSUMÉ DE LA DISCUSSION.

N.-B. — La conclusion de la première partie du rapport de M. Kuypers concordant avec celles de Mme Van Eyser, la section décide de ne plus discuter cette question.

M. Kuypers (Charleroi) donne lecture de son rapport.

M. Van Eyser (Bruxelles). — Une question très importante doit, à mon sens, venir se greffer ici, au rapport de M. Kuypers. C'est celle de la préparation des enfants à un cours collectif, méthodique de gymnastique éducative.

Depuis deux ans, je me livre dans l'établissement où j'enseigne, à un examen orthopédique des élèves, dès leur arrivée à l'école.

Cet examen a pour but de classer les élèves, au point de vue de leur développement physique, en 3 groupes :

A. Les enfants ayant acquis un développement corporel, normal et des aptitudes suffisantes pour suivre utilement un cours de gymnastique s'adressant à une collectivité d'élèves.

B. Ceux ayant acquis fonctionnellement un défaut physique (insuffisance respiratoire, incoordination des mouvements, faiblesse ou insuffisance musculaire, déviations de la structure osseuse) et qui, par le fait qu'ils nécessitent l'intervention constante du professeur, constituent une entrave à la marche normale du cours s'adressant aux enfants du groupe A.

C. Ceux à qui il est utile de recommander la consultation du médecin et qui doivent subir le traitement de ce dernier avant tout entaînement physique.

Les enfant du groupe B ont été soumis à un entraînement spécial.

Ils ont travaillé le torse nu, de manière à permettre une correc-

tion absolument parfaite durant 1/2 heure, chaque jour et ont exécuté des mouvements appropriés à leurs besoins.

Le régime a produit d'excellents résultats.

Le cours d'orthopédie doit conserver un caractère temporaire. Dès qu'un enfant s'est amélioré de manière à pouvoir suivre avec bénéfice le cours collectif donné aux élèves du groupe A, il doit être incorporé dans ce groupe.

Je conclus en demandant à l'assemblée d'émettre son avis sur la nécessité d'organiser, dans chaque école, un cours de ce genre, avec examen préalable des aptitudes et des défauts physiques des élèves.

M. Sluys (Bruxelles) attire l'attention de l'assemblée sur les observations très judicieuses faites par M. Van Eyser. Il est certain que la vie moderne provoque des déviations, des déformations du corps, et que la gymnastique doit être organisée de manière à donner au corps sa forme normale. Il serait donc utile de procéder chaque année, à l'examen préalable des élèves au point de vue coporel, examen qui serait fait par le médecin et l'instituteur et dont les résultats seraient renseignés sur les fiches individuelles des élèves, avec indication précise, le cas échéant, des exercices correctifs spéciaux et des exercices à ne pas faire exécuter. Une gymnastique générale serait appliquée à tous pour le développement normal, mais des exercices spéciaux seraient temporairement organisés pour diverses catégories d'enfants à améliorer corporellement.

Dr Masay (Bruxelles), dans le même ordre d'idées, voudrait voir continuer jusqu'à un certain âge, les consultations pour nourrissons. Il a remarqué que des enfants parfaitement constitués à l'époque où on les conduisait à la consultation, avaient déjà contracté des attitudes vicieuses, trois ou quatre années plus tard.

M. De Genst, (Bruxelles). — Il faudrait arriver à prévenir les déformations avant l'arrivée des enfants à l'école primaire : il vaut mieux des exercices préventifs que des exercices correctifs et médicaux. Il est certes indispensable de convaincre les parents de l'importance des consultations pour nourrissons, mais il n'est pas moins utile de continuer dans la suite, en associant les parents à l'œuvre, la pratique de l'examen anthropométrique et médical.

Pareilles consultations doivent se continuer pendant toute la

N° 76

VILLE DE BRUXELLES.

ENSEIGNEMENT PRIMAIRE

GARÇONS.

CARTE SANITAIRE SCOLAIRE.

Jardin d'enfants n° _____

Écoles primaires { n° _____ n° _____ n° _____

Typ. et lith. E. Guyot

Nom et prénoms : _____

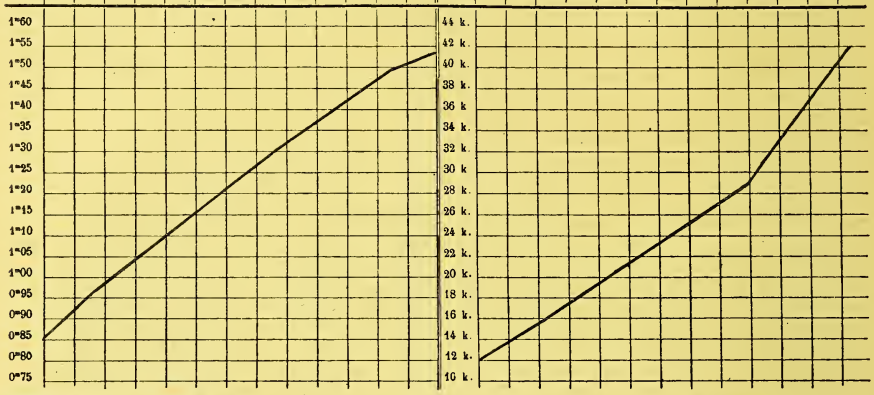
Lieu et date de naissance : _____

Vaccine le _____ *Revaccine le* _____

Domiciles { A) _____ B) _____ C) _____ D) _____

AGE.	3 ans.	4 ans.	5 ans	6 ans.	7 ans	8 ans	9 ans	10 ans	11 ans.	12 ans	13 ans	14 ans	15 ans
TAILLE	0m86	0m93	0m99	1m05	1m10	1m16	1m22	1m27	1m32	1m37	1m47	1m47	1m51

AGE	3 ans	4 ans.	5 ans.	6 ans.	7 ans.	8 ans	9 ans.	10 ans	11 ans.	12 ans.	13 ans	14 ans.	15 ans
POIDS.	12k9	14k0	15k9	17k8	19k7	21k6	23k5	25k2	27k0	29k9	33k1	37k1	41k2



OBSERVATIONS GÉNÉRALES :

Le Directeur,

N. B. — Les moyennes adoptées sont celles de Quetelet.

ANNÉES.	AGES.	(1) MALADIES AIGUËS.	EXPLORATION MÉDICALE														L'enfant doit-il être soumis à la méd. prév.	Peut-il faire de la gymnastique.	Peut-il prendre des leçons de natation.	Doit-il être envoyé en colonie scolaire.	VISA du MÉDECIN.	VISA de L'INSTITUTEUR.
			YEUX		OREILLES.		Bouche.	Dents.	Nez (vég. adén.)	Cœur.	Poumons.	Troubles nerveux.	Peau.	Cuir chevelu.	Hernie.	Etat général						
			g.	dr.	g.	dr.																
19..																						
19..																						
19..																						
19..																						
19..																						
19..																						
19..																						
19..																						
19..																						
19..																						
19..																						
19..																						

(1) Sc = scarlatine. R = rougeole. Ty = fièvre typhoïde. Or = oreillons. C = coqueluche. D = diphtérie.

Observations supplémentaires du Médecin :

période évolutive de l'enfant avec le concours éclairé des éducateurs physiques.

M. Sluys, (Bruxelles). — Examine-t-on corporellement les enfants à l'étranger ? Il serait utile d'avoir à ce sujet des renseignements des délégués ici présents.

Il résulte des déclarations de MM. Olinger et Sullivan que cet examen ne se fait pas encore dans le Grand-Duché de Luxembourg ni en Suisse.

M. Sluys (Bruxelles) rappelle la motion de M. Van Eyser et estime que, malgré les difficultés d'application que signalent plusieurs personnes, cette idée s'introduira petit à petit dans tous les milieux. Le programme de gymnastique de la ville de Bruxelles ordonne un examen de l'espèce. La Commission de gymnastique de 1898, nommée par l'Administration communale, proposa l'examen corporel des élèves et des exercices spéciaux pour les tarés, les déformés, les déviés ; cette commission était composée de trois physiologistes et de trois pédagogues et ses conclusions ont été adoptées par la Ville.

M. Olinger (Mersch). — La question est cependant difficile à résoudre pour les petits villages.

M. De Genst (Bruxelles). — A la campagne, le médecin et l'instituteur pourraient s'unir pour mettre cette idée en pratique. Mais ce sont surtout les enfants des villes qui souffrent de certaines infériorités physiques. L'enfant rural vit dans un milieu moins confiné, dans des conditions physiologiques plus favorables que l'enfant des grands centres urbains ou industriels.

Il n'y a qu'à les comparer, à examiner les statistiques relatives aux cas d'exemptions du service militaire pour incapacités physiques, pour se persuader que les campagnards restent généralement plus forts que les citadins.

Remarquons que c'est l'élément ouvrier qui est le plus frappé et c'est surtout dans le milieu populaire des grandes agglomérations que les pouvoirs publics ou privés ont la mission de créer et d'établir scientifiqnement des offices de consultations anthropométriques et médicales.

Cela n'est plus seulement un devoir vis à vis des individualités, mais un besoin social de prophylaxie, exigé impérieusement par la grande solidarité humaine.

M. Pfeiffer (Bruxelles). — On pourrait désigner par arrondissement un instituteur possédant des connaissances spéciales.

M. Lefébure (Bruxelles). — En Suède, l'examen médical, obligatoire et annuel, se fait par le médecin en présence du professeur de gymnastique. L'inspection médicale s'impose également chez nous. Le professeur, de par ses connaissances spéciales, est à même d'appliquer les exercices nécessaires pour corriger les déviations peu graves qu'on lui signalerait.

Il serait cependant fâcheux de provoquer trop d'exemptions du cours régulier, une bonne gymnastique pouvant corriger les déformations légères. Les enfants gravement atteints seraient spécialement exercés. Le médecin affecté à ce service s'occuperait également de l'hygiène des locaux.

Nous pourrions donc formuler un vœu *général* pour la campagne et les villes.

Il est rationnel aussi, comme le disait d'ailleurs M. Laurreyssens, de distraire l'attention des élèves en classe, en prescrivant des exercices respiratoires à faire pendant les leçons, l'instituteur profitant de cette occasion pour aérer le local.

M. Sluys (Bruxelles) condense toutes les idées émises au sujet de l'examen médical et pense que la motion de M. Van Eyser pourrait être formulée en vœu.

M. Laurreyssens (Anvers) signale certains préjugés : A Anvers, les instituteurs ne peuvent pas faire déshabiller les enfants à cause de nombreuses réclamations des parents. Et, fait unique peut être, à Amsterdam, les bains ont dû être supprimés dans quelques écoles parce que les enfants devaient se dévêtir pour entrer à l'eau, ce qui n'était absolument pas admis par les parents.

M. Sluys (Bruxelles). — Il y a, en effet, des préjugés à vaincre ; ils disparaissent quand on applique la mesure avec tact et qu'on en fait comprendre l'utilité aux parents, qui commencent toujours par s'opposer à ce qu'ils n'ont pas pratiqué eux-mêmes.

D'autre part, il importe aussi de bien délimiter le rôle du médecin et celui de l'instituteur ; chacun a son domaine, il ne faut pas que l'instituteur empiète sur celui du médecin et réciproquement ; chacun a sa compétence et son rôle nettement définis et qu'il ne faut pas confondre.

M. Lefébure (Bruxelles). — Nous avons à émettre un vœu sans tenir compte des difficultés pratiques qu'il suscitera.

Il est nécessaire d'instituer un examen médical ayant pour but de déterminer les aptitudes physiques de l'enfant. Le professeur, d'après les résultats de cet examen, connaîtra les conditions dans lesquelles chacun de ses élèves peut suivre le cours de gymnastique.

Je remets au bureau une note indiquant l'organisation de l'inspection médicale dans les écoles de la Suède, où celle-ci peut être considérée comme un modèle.

Note du Major Lefébure.

Prescriptions régissant l'inspection médicale dans les écoles du Royaume de Suède.

1° Un médecin doit être attaché à chaque école du royaume.

2° Le médecin de l'école a spécialement pour mission de surveiller l'éducation physique générale des élèves, ainsi que tout ce qui concerne l'hygiène de l'école. A cet effet, le recteur prescrit au médecin de passer l'examen médical de chaque élève, au moment de son arrivée à l'ecole ; le médecin décide ensuite s'il y a lieu ou non de délivrer le certificat d'admission prescrit par la loi.

3° Au début de chaque semestre scolaire, le médecin doit soumettre chaque élève, en présence du professeur de gymnastique, à un examen minutieux en ce qui concerne son développement corporel et son état de santé en général.

De plus, au moins une fois pendant l'année scolaire, le médecin de l'école doit examiner spécialement les élèves au point de vue de la gorge, de l'ouïe et de la vue. Les élèves, atteints de maladie de ces organes, sont soignés gratuitement, au besoin, dans les services spéciaux des hôpitaux.

Les constatations relevées lors de ces différents examens médicaux périodiques, sont consignées sur une fiche individuelle qui est remise au recteur, et que doivent consulter les instituteurs et professeurs.

4° Le recteur est autorisé à faire examiner par le médecin de l'école tout élève lorsqu'il le juge utile pour son état de santé.

Le médecin doit déférer gratuitement à cette demande.

5° En cas de maladie contagieuse parmi les élèves, ou encore si un cas de maladie contagieuse est signalé dans la famille ou la résidence d'un membre du corps enseignant ou d'un élève, le médecin est tenu de conseiller le recteur et de provoquer à l'école des mesures sanitaires pour éviter ou enrayer la contagion.

Le 2e de l'art. 65 de la loi scolaire stipule que tout élève qui, pour cause de maladie contagieuse, a été tenu éloigné de l'école ne peut y être réadmis qu'après avoir remis au recteur le certificat d'autorisation qui doit être délivré gratuitement par le médecin de l'école.

6° En cas de maladie d'un élève indigent, le médecin de l'école doit lui assurer ses soins gratuitement, soit à l'école soit à son domicile.

7° Le médecin de l'école doit inspecter au moins une fois par mois, au point de vue de l'hygiène, tous les locaux de l'école et de ses dépendances. Au moins une fois par mois, il est tenu d'assister aux leçons journalières de gymnastique, afin de se rendre compte, notamment, si son intervention médicale n'est pas désirable pour certains élèves.

Si, au cours de ces différentes inspections périodiques, il constate une particularité digne d'être signalée au recteur, il est tenu de lui en faire rapport par écrit.

8° Le médecin de l'école est tenu de se mettre au moins une heure par semaine, au jour et à l'heure fixés par le recteur, à la disposition du recteur, du personnel enseignant ou des élèves, qui désirent le consulter en ce qui concerne leur santé ou l'hygiène scolaire.

9° Le médecin doit connaître les programmes scolaires, et, s'il estime que par suite de certaines circonstances, leur application intégrale peut présenter des inconvénients pour la santé des élèves ou l'hygiène, l est tenu d'en informer d'urgence le recteur.

10° Le médecin de l'école doit s'entendre avec le professeur de gymnastique en ce qui concerne l'exemption de suivre les cours de gymnastique.

Il doit signaler les cas d'exemption totale ou partielle, sur la fiche de chaque élève.

A la fin de chaque semestre, le médecin, de concert avec le professeur de gymnastique, établit une liste générale de fréquentation aux leçons de gymnastique, en motivant les exemptions aux leçons régulières.

11° En cas d'installations nouvelles à construire ou de changements à des locaux anciens, le médecin de l'école fait rapport en ce qui concerne les exigences de l'hygiène.

M. De Genst (Bruxelles). — On pourrait introduire dans le vœu l'idée de l'association éventuelle des parents, à cet examen médical.

M. Kuypers (Charleroi) voudrait ajouter encore quelques mots relatifs à la préparation du professeur de gymnastique.

M. Sluys (Bruxelles). — Il n'est pas nécessaire de préparer les instituteurs sur le terrain orthopédique, qui appartient au médecin ; il serait dangereux de laisser croire à l'instituteur qu'il peut faire de l'orthopédie ou de la gymnastique médicale ; l'instituteur s'exposerait à des responsabilités graves. Toute gymnastique orthopédique ou médicale appartient au médecin, qui peut, dans l'application, se faire aider, sous sa responsabilité à lui, médecin, par l'instituteur.

M. Lefébure (Bruxelles). — Les élèves de l'Institut central de Stockholm, suivant un cours sur les déformations physiques des enfants et les moyens de les corriger, nous pouvons dire que le professeur de gymnastique est capable d'appliquer les remèdes pour redresser les malformations signalées par le médecin.

*
* *

Le vœu suivant est adopté à l'unanimité :

« Le Congrès International de Gymnastique, tenu à Bruxelles les 4, 5 et 6 août 1910, émet le vœu de voir s'organiser partout l'inspection médicale des écoles et des écoliers, notamment pour déterminer les conditions dans lesquelles les élèves pourront suivre les cours de gymnastique. Les fiches confidentielles concernant chaque élève seront rédigées par le médecin et le professeur de gymnastique et éventuellement communiquées aux parents, à leur demande.

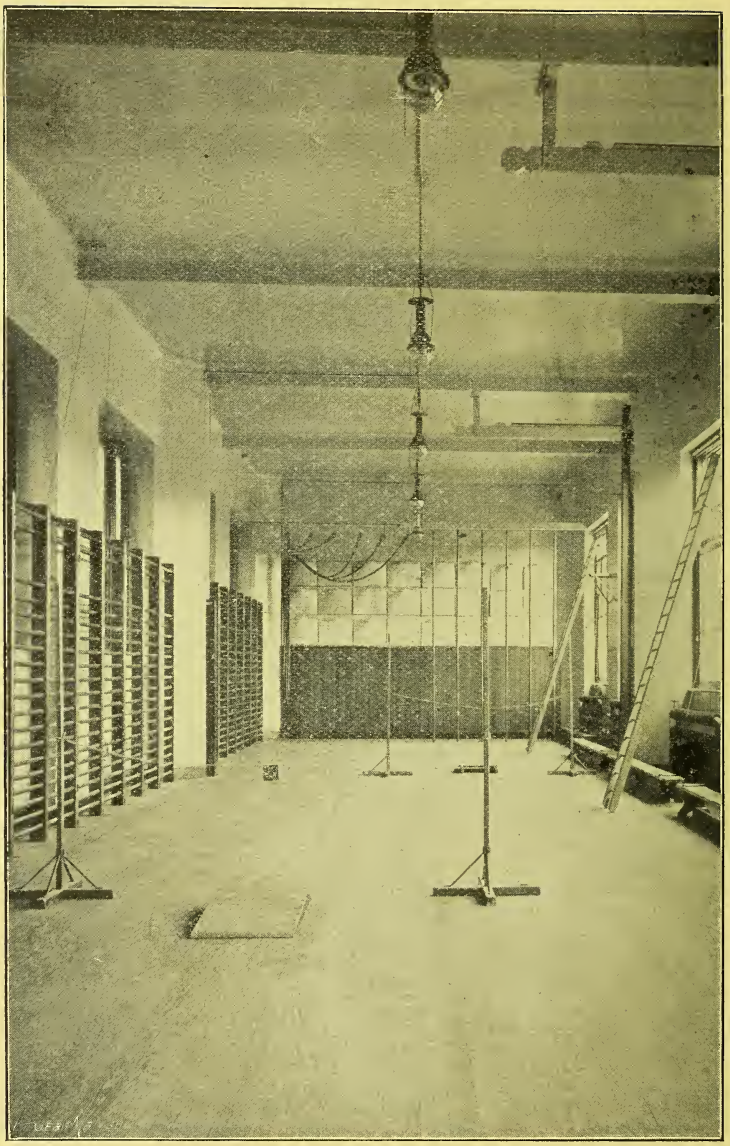
*
* *

M. Kuypers (Charleroi) donne lecture de la deuxième partie de son rapport (enfants de 8-11 ans).

M. De Geest (Bruxelles) juge que l'indication « Peu d'appareils » est superflue et même inexacte. On peut évidemment, dit-il, se passer d'appareils, ceux-ci n'étant jamais indispensables, mais pour peu qu'on ait professé avec de jeunes enfants on s'aperçoit aussitôt de la nécessité de posséder des appareils. Ceux-ci permettent une gradation, un dosage plus mathématique, plus judicieux ; ils apportent dans l'enseignement l'élément variété et ses corollaires joie, diversité et plaisir ; enfin ils peuvent faire admettre par le professeur certaines formes inexécutables ou dangereuses sans appareils.

L'emploi de l'aide humain n'est pas à préconiser à l'école primaire pour des raisons d'ordre pédagogique et gymnastique (dangers, dicipline, exécution plus difficile, correction moins grande, donc effets physiologiques insuffisants ou nuls). Chaque école, et surtout dans l'enseignement primaire, devrait posséder une salle de gymnastique pédagogiquement bien outillée.

M. Lefébure (Bruxelles). — Il est inutile au moment de l'introduction d'une nouvelle méthode dans un pays, d'affirmer que l'appareil est nécessaire. Les pouvoirs publics, visant leurs budgets, vont s'effrayer.



Salle de gymnastique. — Ecole primaire N° 19.

L'appareil est un aide, on peut s'en passer, à la rigueur, en gymnastique rationnelle, le corps humain a ses segments constituant la véritable base des exercices. Il en est tout autrement pour les méthodes dont l'engin forme la base à laquelle le corps humain doit s'adapter, c'est-à-dire, *se déformer*.

M. Sluys (Bruxelles). — « *Peu d'appareils* » ou « *Beaucoup d'appareils* » ne signifient rien, puisque nous n'avons pas de point de comparaison nous permettant d'établir une limite entre « Peu » et « Beaucoup d'appareils ».

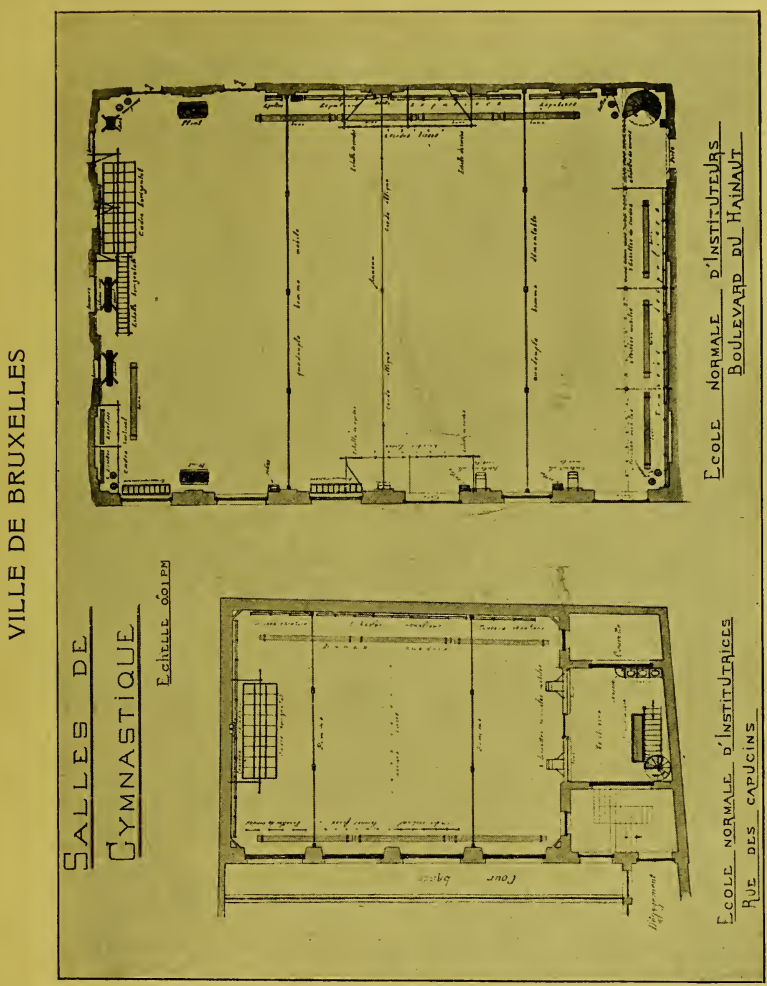
Supprimons donc ces quelques mots prêtant à des interprétations équivoques.

M. Laurreyssens (Anvers). — Je suis grand partisan des excursions scolaires, mais je veux attirer l'attention sur la grande responsabilité qu'elles font peser sur l'instituteur. Ainsi, nous voyons à Anvers l'administration décliner toute responsabilité en ce qui concerne les accidents qui pourraient arriver pendant la leçon de natation ou pendant les excursions.

M. Sluys (Bruxelles). — J'ai fait personnellement des centaines d'excursions scolaires pendant 35 années. De plus, durant mon long passage à la direction de l'Ecole normale d'Instituteurs de Bruxelles, les professeurs de cet établissement ont fait des milliers d'excursions de toutes espèces. Jamais, il n'est arrivé d'accident d'aucune nature. Une fois, cependant, un paysan réclama une somme de soixante francs, montant du dommage que les élèves lui auraient causé en traversant sa prairie. L'administration communale, saisie du fait, lui fit aussitôt parvenir la somme demandée.

Il ne faut pas s'inquiéter des responsabilités qu'entraînent les excursions scolaires. L'article du code civil ne doit même pas être supprimé ; il engage à la prudence. L'instituteur n'a sa responsabilité engagée que s'il est prouvé que l'accident est dû à son manque réel de surveillance. Si l'instituteur a rempli son devoir et que l'accident est provoqué par un concours de circonstances qu'il ne pouvait ni prévoir ni éviter, il n'est pas responsable. Il ne faut pas supprimer l'excellente méthode des excursions par peur de dangers, purement imaginaires. Mais il faut les organiser pédagogiquement, les surveiller et discipliner les élèves, ce qui est indispensable hors de l'école comme dans l'école.

Salle de gymnastique. — Ecole primaire N° 19.



Plans d'installations

M. Laureyssens (Anvers). — Les administrations communales rejettent toute la responsabilité sur l'instituteur. N'avons-nous pas vu condamner un instituteur parce qu'un des élèves s'était blessé assez grièvement pendant que le maître écrivait au tableau ?

M. Sluys (Bruxelles). — Cela n'est pas exact. L'instituteur ne peut être rendu responsable d'accidents qui se produisent

malgré toutes les mesures de prudence qu'il a prises pour les éviter. C'est ainsi que décident les tribunaux.

M. Sluys cite le cas d'un élève qui, pris de congestion au bassin de natation, mourut subitement. Le professeur ne fut nullement incriminé, parce qu'il n'était pas en défaut ; l'enquête avait établi que toutes les précautions avaient été prises, que notamment il avait été expressément recommandé aux élèves de ne pas manger avant la leçon de natation, et que l'élève était mort par suite de circonstances que l'instituteur ne pouvait ni prévoir ni empêcher.

Les instituteurs ne doivent pas s'exagérer leur responsabilité civile ; elle est fixée par le code ; on ne les frappe pas arbitrairement. Les administrations communales ne peuvent pas se substituer à la responsabilité personnelle des instituteurs et des professeurs : ceux-ci doivent répondre, le cas échéant, de leur négligence, de leur manquement à leurs devoirs de surveillance et d'organisation.

Mais qu'on ne s'effraie pas de responsabilités imaginaires ! Organisons les leçons de gymnastique, de jeux, de natation, les excursions scolaires d'une manière pédagogique, et ne négligeons pas les mesures de prudence et de surveillance nécessaires : dès lors notre responsabilité est à couvert.

M. De Genst (Bruxelles). — A cette question des excursions scolaires, on pourrait rattacher une série d'autres, telles que :

1° La création de stations d'éducation physique ;

2° La création de plaines de jeux ;

3° L'organisation de colonies scolaires ;

4° L'organisation de fermes-écoles.

M. Sluys (Bruxelles). — Ces questions étant très complexes, nous pouvons les remettre à la fin de l'ordre du jour pour les examiner, si le temps ne fait pas défaut, ou les renvoyer à un prochain congrès.

M. Sluys continue la lecture du rapport de M. Kuypers. (enfants de 11-14 ans).

M. Lefébure (Bruxelles). La leçon de gymnastique doit être journalière. Indiquons toutefois, pour l'école primaire, une durée minimum de trente à quarante-cinq minutes.

M. De Genst (Bruxelles).— Les horaires présentent des difficultés quant à l'introduction de leçons journalières d'une demi-heure.

Ecole Normale d'Instituteurs. — Leçon de gymnastique.

Il faut évidemment défalquer de celle-ci le temps nécessaire pour conduire les élèves au gymnase et pour les ramener dans la classe, après la leçon. L'horaire devrait donc être combiné de façon à attribuer trente minutes effectives à la gymnastique, minimum le plus strict pour une leçon complète.

M. Olinger (Mersch) se demande où l'on prendra, sans nuire au programme, la demi-heure nécessaire pour la leçon de gymnastique.

M. Jottay (Ixelles). — La commune d'Ixelles a répondu, par anticipation, à l'objection formulée par M. Olinger. A partir de la 4e année d'études, la gymnastique est enseignée dans les écoles communales avant ou après les heures de classe sous forme d'un cours spécial obligatoire pour tous les élèves ; ce cours est confié à des instituteurs ayant des aptitudes particulières en éducation physique et des titres sérieux à l'obtention de cette charge ; le professeur de gymnastique est indemnisé pour le travail supplémentaire qu'il fournit.

M. Cyriax (Londres). — En Angleterre l'horaire diffère d'école à école.

M. Lefébure (Bruxelles). — Les enfants sont-ils faits pour les programmes, ou ceux-ci pour les enfants ? J'estime quant à moi, que les programmes doivent être modifiés, lorsque l'intérêt de l'éducation de l'enfant et la conservation de la race en établissent l'urgente nécessité.

M. Sluys (Bruxelles). — La rédaction du rapport sera modifiée dans le sens de cet échange de vues (Voir le rapport).

La partie du rapport de M. Kuypers relative à la gymnastique vers l'âge de quatorze ans et plus, ayant été examinée lors de la discussion du rapport de M. Loquifer, l'assemblée décide de discuter la fin du rapport traitant de l'éducation physique de la femme.

M. Lefébure (Bruxelles). — Toute gymnastique doit développer les muscles abdominaux. Il ne faut donc pas de gymnastique spéciale pour les femmes, les applications seules doivent différer ; tout est d'ailleurs une question de proportion à établir dans l'importance relative à donner aux différents groupes d'exercices, et à leur degré d'énergie, qui devra être très atténuée.

Ecole Normale d'Instituteurs. — Leçon de gymnastique.

Toutefois de 7 à 12 ans, ces différences ne sont guère sensibles pour les exercices à faire exécuter aux enfants des deux sexes et, en conséquence, les leçons gymnastiques peuvent être identiques jusqu'à 12 ans dans les écoles ayant adopté la co-éducation des garçons et des filles.

M. Sluys (Bruxelles) sollicite l'avis des dames présentes.

Mlle Valencien (Genève). — Les leçons que nous donnons aux jeunes filles sont forcément de faible intensité, étant donné le peu de temps dont nous disposons.

M. Lefébure (Bruxelles). — Il convient surtout d'atténuer les suspensions et les sauts, parce que la femme doit faire un effort plus grand, ayant à soulever un poids relativement plus élevé que celui de l'homme.

Dr Masay (Bruxelles) sollicite néanmoins une mention spéciale pour les exercices abdominaux. Il signale les nombreux accouchements rendus difficiles à cause de la faiblesse des muscles abdominaux.

M. Lefébure (Bruxelles). — Les cas se remarquent surtout par suite du manque d'exercices physiques rationnels et de l'abus du corset. La gymnastique rationnelle suédoise est plus indispensable à la femme qu'à l'homme, car elle intéresse à la fois directement la mère et l'enfant, c'est-à-dire plus directement la race.

M. Chéron (Paris). — M. le docteur Tissié, Président de la Ligue française de l'éducation physique, étant empêché d'assister à vos travaux, m'a prié de présenter le vœu suivant :

« Considérant que la valeur de la race est intimement liée à l'éducation physique ; que le foyer fait la race ; que l'école pénètre le foyer par l'éducation et l'instruction ;

« Considérant que la femme est le principe même du foyer, comme sœur, comme épouse, comme mère ; que jusqu'à ce jour elle a été sacrifiée au point de vue de son éducation physique et qu'il est urgent de développer, de fortifier et d'ennoblir le foyer par la santé et la beauté de la femme ;

« Considérant que ce but ne saurait être atteint que par l'éducation physique de la femme, dès l'école, à tous les degrés, mais plus particulièrement à l'école primaire ; que cette éducation, pour être efficace, doit être appliquée au moyen d'une

Exercice pour l'abdomen exécuté par les elèves de Mlle E. M. Loveday, G. D., diplômée de l'Institut Central et Royal de Stockholm.

méthode rationnelle, au même titre que l'éducation intellectuelle et morale inscrite aux programmes scolaires ;

Le Congrès émet le vœu :

1° Que l'éducation physique soit mise au programme de toutes les écoles des divers degrés et des deux sexes ;

2° Que le temps nécessaire à l'application de l'éducation physique soit fixé dans les programmes avec un minimum obligatoire de durée journalière, le temps réservé aux jeux ne devant pas être compris dans ce minimum.

3° Que tous les maîtres chargés de l'enseignement physique témoignent de sérieuses connaissances scientifiques, techniques et pratiques, en même temps que de l'entraînement personnel nécessaire à la gymnastique éducative et aux jeux.

4° Qu'un enseignement scientifique technique et pratique soit donné dans toutes les écoles où sont formés les maîtres, à tous les degrés et aux deux sexes.

Le vœu présenté par le Dr Tissié est admis à l'unanimité, ainsi que le suivant proposé par Mlle Guilliaume (Bruxelles) :

« Le Congrès émet le vœu de voir les éducatrices de la jeunesse, dans un but d'ordre physique, moral et esthétique, abandonner de leur plein gré, l'usage du corset ».

L'Education physique dans les établissements d'enseignement moyen, au point de vue physiologique

Rapport présenté par M. L. LOQUIFER

Professeur, St-Gilles-Bruxelles.

Que nous considérions l'athénée ou que nous ayons en vue l'école moyenne ordinaire, nous pouvons signaler, dans les deux alternatives, pour cette période de la vie des élèves, les caractéristiques suivantes, comme intéressant particulièrement l'éducation physique :

Exercice préparatoire exécuté par les élèves de Mlle L. Nordling, diplômée de l'Institut Arvedson, Stockholm.

Conditions physiologiques. — Croissance rapide en longueur et surtout en poids.

Le tableau que voici est convaincant :

Age	Poids d'après				Taille
	Comby et Landois		Quetelet		
1 an	9.550				
2 ans	12.				
3 »	13.210				
4 »	15.070		14.		92.7
5 »	16.700		15.9		98.7
6 »	18.040		17.8		104.6
7 »	20.160	22 %	19.7	21.3 %	110.4
8 »	22.260		22.6		116.2
9 »	24.090	15.5 »	25.5	16.6 »	127.8
10 »	26.120		25.2		121.3
12 »	38.000	17.1 »	29	15.1 »	137.3
14 »	51.050	24.2 »			146.9
16 »	53.590	38.7 »			155.4
18 »	61.260				165
20 »	65.000				167

L'augmentation de la taille se fait surtout par l'allongement des membres inférieurs. Dans tout l'organisme, au surplus, un travail nutritif intense s'opère du côté du périoste et de la moelle osseuse, particulièrement vers l'âge de 13 à 15 ans. Il faudra donc observer une progression rigoureuse et lente, afin d'éviter des complications telles que la coxalgie, la périostite, etc...

Loin de se développer avec une intensité parallèle à celle du développement des membres, le thorax augmente relativement peu en capacité. De là découle l'importance des exercices augmentant la capacité pulmonaire et éduquant la fonction respiratoire.

Evolution très accentuée des organes de la reproduction. — C'est l'âge de la puberté (14-15 ans). Cette transformation s'accompagne souvent d'un certain affaissement musculaire, d'une disposition plus grande à la fatigue, de douleurs céphalalgiques. Il faut, dans ce cas, éviter tout surmenage physique.

Développement rapide du cœur, le calibre des artères ne changeant guère. — Cette poussée de croissance du cœur se manifeste

surtout vers 15-17 ans. Le tableau suivant est emprunté au professeur Beneke, qui enseignait à Marbourg :

Age	Long. du corps en centimètres	Volume du cœur en cm3	Circonférence de l'aorte tout près du cœur en m/m
A la naissance	49-52	20-25	20
Fin de la 1re année	68-72	40-45	32
» 3e »	88-90	56-62	36
» 7e »	112	86-94	45
13-14e année	140-150	120-140	50
17-19e année	167-175	215-290	61-5
Age mûr	167-175	260-310	68

Ce tableau devient surtout intéressant quand on ramène toutes ces mesures, proportionnellement, à ce qu'elles seraient pour une taille uniforme de 1 mètre :

Age	Volume **proportionnel** du cœur en cm3.	Circonférence **proportionelle** de l'aorte en m/m
A la naissance	40-50	40
Fin de la 1re année	46-54	45
» 3e »	65-70	43
» 7e »	75-80	39
13-14e année	85-100	38
17-19e »	150-168	37-5
Age mûr	150-180	40

Nous y voyons l'immobilité *relative* presque absolue de l'aorte opposée au développement constant et rapide du cœur. Dans la réalité (1er tableau) le cœur, au cours de son évolution, augmente douze fois son volume, tandis que la circonférence de l'aorte n'est que triplée. Le cœur relativement petit de l'enfant correspond à des vaisseaux sanguins relativement larges. De là une faible pression sanguine, un nombre plus grand de pulsations, un circulation plus rapide dans l'organisme.

A la période qui nous occupe, il en va tout autrement. De la première à la quatorzième année, le cœur a doublé, tandis que la largeur de l'aorte n'est augmentée que d'un cinquième. A un

cœur relativement grand correspondent maintenant des artères relativement étroites. De là une pression sanguine plus élevée. Le cœur travaille plus lentement et avec plus de force. En effet, des modifications que nous venons de signaler, il résulte une résistance plus grande à la poussée sanguine.

« Un développement normal, même vigoureux, du cœur avant et pendant la période pubère est d'une signification décisive pour le maintien de la santé pendant toute la vie, pour la valeur totale de productivité et de résistance, ce qui est négligé au cours de ces années ne peut plus jamais être récupéré. Aucun doute : chez l'enfant en croissance et pendant la période de développement le muscle cardiaque a besoin d'un excitant de croissance, c'est-à-dire d'exercices particuliers. L'entraînement du cœur doit être un but essentiel de l'éducation physique de notre jeunesse (1). »

Conditions créées par la vie scolaire. — Labeur intellectuel intensif.

Un effort considérable est exigé : *a)* à cause de la multiplicité des branches inscrites au programme et du développement donné à l'enseignement de chacune d'elles ; *b)* par suite de l'absence de transition entre les méthodes de l'école primaire et celles de l'enseignement moyen. Les premières sont très intuitives ; peut-être le sont-elles trop. Les secondes sont beaucoup plus abstraites, plus verbales, peut-être avec excès. A l'école primaire, la méthode intuitive, nécessaire au premier degré, pourrait imprégner, moins qu'aujourd'hui, le degré supérieur. Par contre, à l'athénée et à l'école moyenne, l'enseignement dogmatique, aux généralités abstraites, devrait retentir moins impérieusement dans les classes du début. Bref, il manque entre les enseignements primaire et moyen une concordance des méthodes, une unité dans l'évolution de celles-ci. Pour l'élève, cette solution de continuité n'est pas la moindre cause de fatigue intellectuelle et de surmenage psychique.

Quant à la multiplicité des branches, il serait possible de gagner beaucoup de temps, de supprimer des tâches à domicile et d'établir une unité plus grande dans tout le cycle des études en faisant servir l'enseignement de certaines branches (les lan-

(1) Dr Schmidt. — Physiologie der Leibesübungen.

Exercice esthétique de marche exécuté par les élèves de Mlle L. Norling, diplômée de l'Institut Arvedson, Stockholm.

gues maternelle et étrangères, par exemple) à l'acquisition d'autres connaissances, telles que l'histoire, le droit constitutionnel...

Sédentarité exagérée. — Il est tout simplement effrayant de penser que, à part deux récréations d'une durée totale d'une demi-heure, l'élève demeure assis, dans une quasi-immobilité, six heures par jour, — et cela pendant les années de croissance, de formation définitive. Heureux encore ceux qui disposent d'un banc adapté à leur taille ! Mais s'il en est que la chance favorise sous ce rapport, tous sont égaux, hélas! quant à l'atmosphère viciée qu'ils respirent.

Aussi les déformations se produisent-elles avec une fréquence extrême. Les poitrines sont comprimées. Les cas de scolioses, lordoses et cyphoses sont communs. A ce sujet, la proportion des inaptes au service militaire, parmi les jeunes gens « intellectuels », en Allemagne, est tristement éloquente. Voici quelques chiffres pour 1905 : à Dresde, sur 618, 82.4 p. c.; dans les districts ruraux de la Suisse saxonne, sur 382, 78 p. c.; à Gotha, sur 169, 52.7 p. c.; pour toute l'Allemagne, il y a parmi ces jeunes « intellectuels » — ceux qui ont fait des études moyennes — une proportion de 67 p. c. d'impropres au service militaire (1)! Ces chiffres concordent bien avec les constatations du médecin-major von Vogl, qui trouva, parmi les jeunes gens des écoles supérieures de Bavière, de 60 à 70 p. c. d'impropres au service (2) !

Rien ne nous autorise à admettre que la situation soit meilleure en Belgique qu'en Allemagne.

De l'examen que nous venons de faire, tout rapide qu'il soit, nous pouvons tirer ces

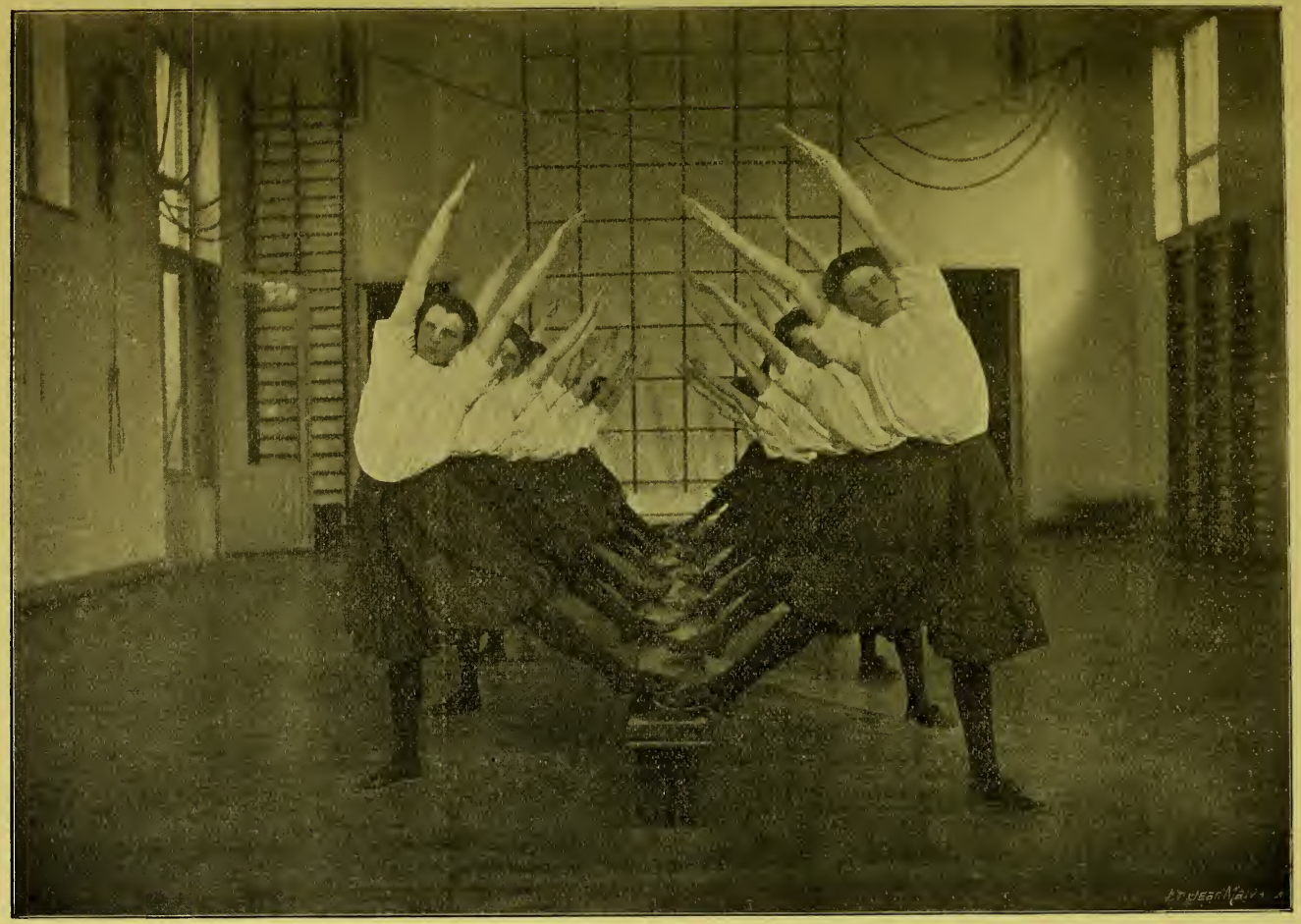
CONCLUSIONS

1. Un cours régulier et progressif d'éducation physique, basé sur les principes de Ling, comme à l'école primaire, doit se continuer à travers toutes les années de l'enseignement moyen, tant du degré supérieur que du degré inférieur. Ce cours fera la part de plus en plus large aux exercices dits d'application, aux jeux en plein air, aux sports, conformément d'ailleurs aux idées suédoises : la gymnastique est un moyen, non un but.

---

(1) Röse. — Beruf und Militärtauglichkeit. — Politisch-anthropologische Revue. IV Jahr. — 3. Heft.

(2) Von Vogl, Generalstabsarzt. — Die wehrfähige Jugend Baverns. — München 1905.



Exercice latéral exécuté par les élèves de Mlle E. Loveday G. D., diplômée de l'Institut Central et Royal de Stockholm.

2. Il y aurait lieu d'introduire au programme une leçon de trois quarts d'heure au moins, cinq jours de la semaine; ces leçons seraient obligatoires.

3. Il est à désirer qu'une après-midi soit *obligatoirement* consacrée aux jeux en plein air, cette après-midi venant se placer le jour où il n'y a pas de leçon de gymnastique.

4. Une cote spéciale serait attribuée à l'éducation physique; un minimum serait nécessaire pour l'obtention du certificat donnant accès aux études universitaires.

5. La création de « journées interscolaires nationales d'éducation physique » est à préconiser : des équipes des divers établissements d'enseignement moyen y concourraient, par catégories de même âge.

Voici, en outre, quelques

CONCLUSIONS METHODOLOGIQUES

1. Dans la leçon de gymnastique, tenant compte de la progression qui doit dominer tout enseignement, on accentuera de plus en plus les qualités de correction, d'adresse, de force ... à exiger des élèves.

2. Afin de prévenir et de guérir les déformations signalées ci-dessus (voir sédentarité), une grande attention sera apportée aux exercices correctifs, à ceux-là particulièrement qui provoquent le redressement du rachis.

3. Dans le but de favoriser le développement intégral du cœur et des poumons, les élèves seront graduellement entraînés à la course : courses de vitesse (jusqu'à 150 mètres de 12 à 15 ans; jusqu'à 300 mètres, de 15 à 17 ans); courses de durée (jusqu'à 12 minutes, de 12 à 15 ans, d'après le Dr Schmidt); ils seront entraînés aussi à des excursions pédestres, à allure assez vive.

4. Le cours de gymnastique s'attachera à développer les qualités de courage, de hardiesse et de sang-froid : sauts, exercices d'application, équilibres élevés...

5: Les jeux prendront assez souvent l'allure de concours, matches, etc., particulièrement à partir de l'âge de 15-16 ans.

Les différents jeux de balle seront pratiqués, notamment le « foot-ball », si précieux pour l'éducation des poumons et du cœur, ainsi que pour l'acquisition de qualités telles que la rapidité de décision et l'esprit de solidarité.

Vers l'âge de 17-18 ans, le canotage peut être commencé. Des exercices spéciaux, tels que l'escrime et la boxe française, seront avantageusement enseignés.

RÉSUMÉ DE LA DISCUSSION.

M. Schepers (St-Gilles) donne lecture du rapport de M. Loquifer, après avoir excusé l'absence du rapporteur, retenu en province pour affaires de famille. Il ajoute :

Le danger signalé par M. Sluys, dans le discours qu'il a prononcé à la séance d'ouverture est réel (danger des matches). Il peut cependant disparaître suivant la conception du professeur qui dirige les séances de jeux. Ainsi, au premier concours interuniversitaire, qui eut lieu cette année, les deux équipes en présence ont rivalisé de correction et d'ensemble. Le jury, étant cependant obligé d'attribuer la Coupe, la décerna au « Ling Universitas » de Bruxelles. Ce fait n'empêcha nullement les étudiants gantois d'applaudir avec grand enthousiasme au succès de leurs collègues bruxellois.

Le concours peut donc éveiller chez les participants de saines idées morales.

M. Olinger (Mersch) estime que pendant les concours et les matches (5° des conclusions méthodologiques) les joueurs montrent un zèle excessif, qui est souvent le point de départ d'accidents graves.

M. Maerschalck (Bruxelles). — A l'école on n'organise pas de véritables matches de foot-ball, étant donné qu'à chaque séance consacrée à la pratique de ce jeu, les équipes sont complètement remaniées. Les adversaires d'hier deviennent les coéquipiers pour la partie qui va commencer, alors que les joueurs n'ayant pas changé de camp, occupent dans le jeu une place autre que celle qui leur était dévolue précédemment. De cette manière on empêche tout esprit de fausse gloire de se manifester, et on évite aussi la spécialisation des élèves ainsi que les rivalités provoquées par les concours et les matches ordinaires.

M. Olinger (Mersch) pense que le jeu en lui-même est trop brutal.

M. Gomes d'Oliveira (Portugal) parle de l'état de l'éducation physique dans son pays. Il fait remarquer que la gymnastique

préférée est celle de Ling qu'elle a fait au Portugal d'énormes progrès dans ces dernières années.

Il expose ensuite les precriptions de la loi scolaire de 1901 se rapportant à la question d'éducation physique proprement dite ainsi qu'à l'hygiène scolaire. Le bâtiment scolaire, les différentes classes et leur mobilier, le matériel didactique, tout est l'objet de soins particuliers afin de ne pas nuire à la santé de l'enfant.

Des médecins spéciaux, aidés par les instituteurs, sont chargés de faire l'inspection sanitaire des élèves et de dresser pour chacun une fiche anthropométrique, laquelle permettra à l'instituteur de mieux juger de la résistance physique des élèves. En outre le médecin scolaire doit suivre de près l'évolution physique de l'enfant et donner à l'instituteur les conseils qu'il juge nécessaires pour aider à son développement intégral.

Quant à la gymnastique, elle se fait d'une manière régulière, surtout dans les écoles des grands centres comme Lisbonne, Porto, Coimbre, etc.

M. Oliveira n'est pas partisan des matches et des concours ; cependant il croit que dans des fêtes scolaires on peut fort bien admettre des séances de gymnastique de même que certains jeux sportifs sans leur donner des allures de matches et où, par conséquent, il n'y aurait ni récompenses, ni prix, causes primordiales de l'émulation excessive. Ces fêtes, organisées par les professeurs, seraient plus pédagogiques, plus éducatives que sportives. L'orateur cite comme exemple des séances de gymnastique données avec succès à Lisbonne et Porto, à l'occasion des distributions de prix et d'autres fêtes scolaires ; il estime que par ce moyen essentiellement intuitif on fait mieux comprendre aux parents l'importance de l'éducation physique.

M. d'Oliveira ajoute que le gouvernement portugais annonce pour bientôt la réforme urgente de l'enseignement primaire et de l'enseignement normal. Ces degrés d'enseignement vont donc subir d'importantes transformations. L'éducation physique aura dans les programmes la part qu'elle mérite, on la développera autant que possible, car au Portugal on a compris, il y a déjà longtemps, qu'en Education, avant de s'adresser à l'esprit, il faut s'adresser au corps.

Ecole Normale d'Instituteurs — Leçon de jeux.

M. De Genst (Bruxelles). — Nous confondons encore trop souvent « jeu sportif » et « jeu éducatif ». Le sport doit être condamné dans les écoles comme confondant le but et les moyens, comme conduisant à la spécialisation et même au professionalisme, comme exigeant une somme d'énergie provoquant parfois le surmenage physique et toujours incompatible avec la dépense de forces exigée par des études sérieuses.

Chaque fois que la question de l'adoption d'un jeu se pose, nous avons à examiner 1° si le jeu proposé est éducatif, ou non ; 2° si, étant admis comme jeu éducatif, nous pouvons formuler des règles pour lui maintenir ce caractère.

Examinons le foot-ball à ce double point de vue :

Le foot-ball est suffisamment réglementé pour éviter tout effet contraire au but éducatif poursuivi ; il développe les qualités physiques de chaque joueur et possède des effets moraux précieux s'adressant non seulement à l'énergie individuelle, mais à l'énergie collective de toute l'équipe, les unités qui composent celle-ci réunissant solidairement leurs efforts pour atteindre le résultat commun visé.

Je le crois donc admissible dans les programmes d'enseignement comme jeu éducatif. Mais cette qualité peut aisément et tend même à se perdre pour peu que sa pratique ne soit bien coordonnée et règlée d'après les principes de la saine pédagogie.

A cet effet, vers quinze ans, les élèves débuteront par des exercices préparatoires et ce n'est que plus tard qu'ils seront admis à se livrer au jeu même, d'après les règles admises et en prenant les précautions hygiéniques nécessaires.

De plus, le foot-ball ne sera pas le seul jeu à pratiquer à l'exclusion de tout autre et jamais les mêmes élèves ne se livreront à ce jeu pendant deux ou plusieurs séances consécutives.

Les épuipes ne seront pas composées toujours des mêmes joueurs et ceux-ci occuperont, dans le jeu, à chaque séance nouvelle, une place différente, ceci afin de prévenir les excès, la spécialisation et obtenir de bons joueurs à toutes les places dans le jeu, c'est-à-dire qu'ils aient obtenus le maximum de qualités physiques et morales que procure le foot-ball.

Enfin les concours et matches pratiqués dans le sens généralement admis seront sévèrement prohibés, le jeu étant suffi-

samment recréatif par lui-même pour suciter l'intérêt des enfants.

Une dernière mesure peut encore être prise : celle de ne permettre à aucun élève de faire partie d'un club purement sportif ou de tout autre association analogue.

M. Olinger (Mersch) fait remarquer que dans le 3° des conclusions l'auteur du rapport ne parle que des enfants de 15-17 ans.

M. Schepers. — M. Loquifer est professeur d'enseignement moyen. Le titre même de son rapport indique qu'il n'a en vue que, les athénées et écoles moyennes. A l'école primaire, les distances à parcourir dans une course seront moins grandes.

M. Sullivan (Neuchâtel) — Une course de vitesse de 300 mètres est exagérée.

Je suis partisan du jeu de football pratiqué d'après les idées de M. De Genst. Il faudrait cependant examiner les points suivants :

1° Durée du jeu.

2° Précautions à prendre après le jeu.

M. Béro (St-Gi les) croit que l'examen du pouls à l'issue de la course est le critérium le plus certain pour déterminer la durée convenable de cet exercice.

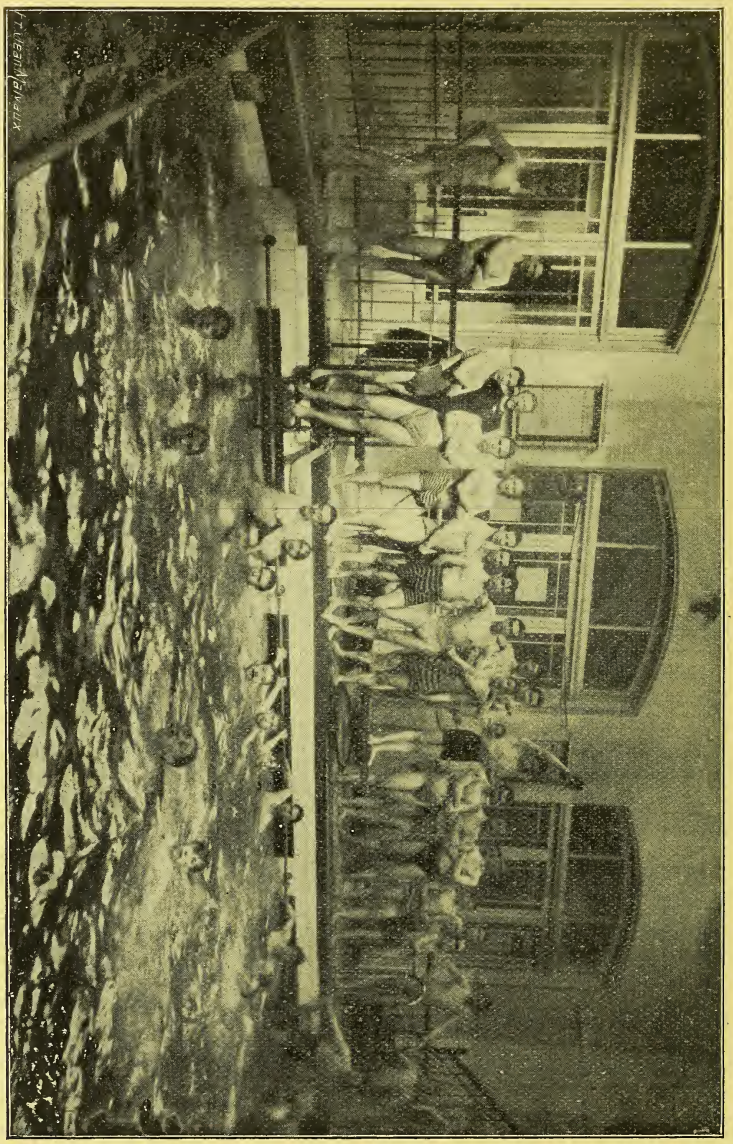
Il estime que, dès le début de l'année, le professeur de gymnastique devrait être renseigné, par ce moyen, sur l'état du cœur de chaque élève après une course de une, deux minutes ou plus, et tenir note du nombre de pulsations constatées.

Dans la suite, chaque élève abandonnerait la course au moment où il serait dangereux pour lui de la continuer.

Le même examen serait utilement renouvelé plusieurs fois dans le cours d'une année car il donnerait des indications très exactes sur l'augmentation de l'endurance du cœur. Il se ferait sans provoquer la moindre perte de temps si les gymnastes étaient initiés à sa pratique.

M. Kuypers (Charleroi) pense aussi que le jeu de football doit être rendu moins intense et préparé graduellement.

M. Kuypers a fait un choix de jeux lui permettant de préparer les séances de telle façon que les jeux forment une suite raisonnée et logique s'adressant à toutes les parties du corps. Il tient compte de la saison, des dispositions momentanées des élèves, etc..., évite les luttes et les matches.



VILLE DE BRUXELLES

Ecole Normale d'Instituteurs — Leçon de Natation.

Ces moyens permettent à l'instituteur de prévenir les accidents possibles. De plus, en se mêlant au jeu, il pourra étudier le caractère de ses élèves.

M. Gomes d'Oliveira (Porto) ne considère pas la natation comme appartenant à la catégorie des jeux. Son influence hygiénique sur l'organisme, la variété de mouvements qu'elle exige font qu'elle constitue un excellent correctif des inconvénients de la sédentarité à l'école, où la natation doit être introduite comme un élément indispensable d'un plan complet d'éducation physique.

L'hygiène la plus rudimentaire exige aussi l'introduction des bains-douches dans toutes les écoles, surtout dans les écoles primaires, où se trouvent les enfants des classes les moins aisées.

AU DANEMARK (1)

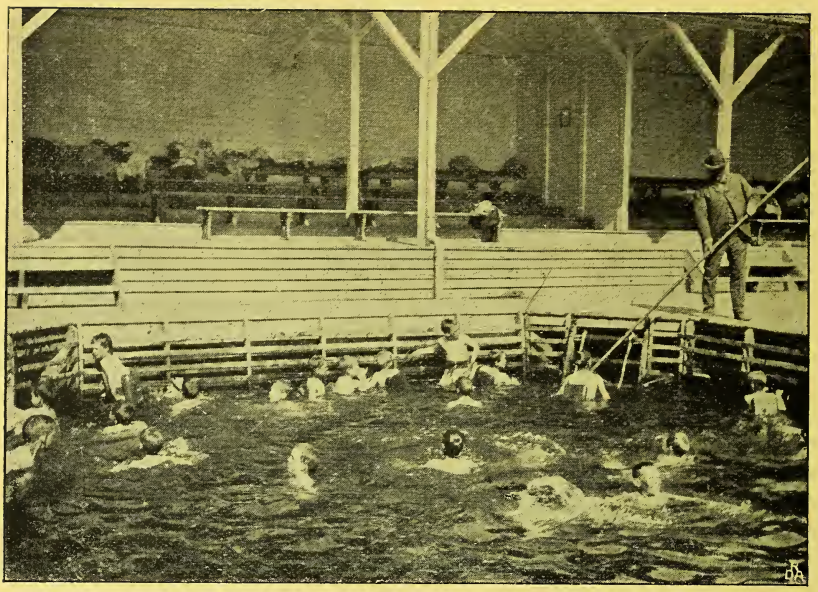
La natation à l'école.

M. d'Oliveira propose d'ajouter au rapport de M. Loquifer une *6e conclusion :* — La natation doit être systématiquement introduite à l'école, pour tous les degrés de l'enseignement et pour les deux sexes. Il est à souhaiter que les installations de bains-douches soient considérées comme une partie essentielle des gymnases et des plaines de jeux.

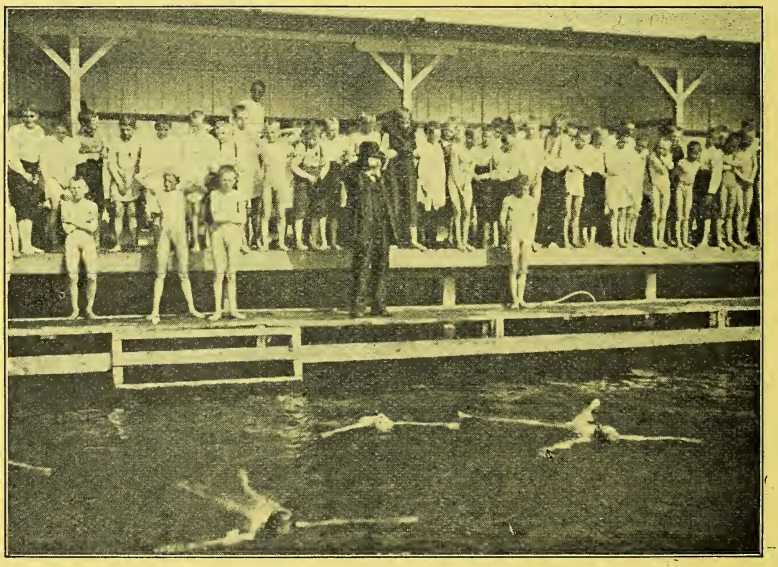
Admis sans discussion.

(1) Tous les clichés danois sont extraits du « Gymnastik Selskabs Aarsskrift ». Ed. : H. Hagerup, Copenhague.

AU DANEMARK



Leçon de natation (garçons).



Bassin scolaire de natation.

M. Kuypers (Charleroi) voudrait qu'on n'employât plus le mot *sport*. Il désire les termes suivants :

1) Jeux libres.

2) Jeux dirigés : jeux gymnastiques ; jeux éducatifs ou pédagogiques, natation ; jeux sportifs ou éléments des sports.

Le football serait compris parmi « les jeux de balle » le mot « football » évoquant dans l'esprit des parents les accidents dont ce jeu a été la cause par suite d'une pratique trop brutale. Il doit être préparé par des jeux moins compliqués, moins intenses qui sont tout aussi amusants et éducatifs.

AU DANEMARK

Installations balnéaires.

M. Béro (St-Gilles). — Le certificat d'exemption dont il est question au 4° des conclusions devrait être pris chez le médecin de *l'école,* le médecin de la famille délivrant trop facilement des certificats de complaisance.

M. Schepers (St-Gilles). — La rédaction du rapport sera donc modifiée selon les idées admises. (Voir le rapport).

M. Jottay (Ixelles) reprenant la 5° des conclusions, fait observer que les démonstrations publiques de gymnastique ont des avan-

tages multiples. Elles s'imposent à l'attention des indifférents et secouent leur apathie, elles rallient les hésitants, déroutent les adversaires. D'autre part, comme elles plaisent aux élèves, ceux-ci mettent beaucoup d'amour-propre à y participer avec honneur. Aussi, dans les leçons préparatoires (et, dans notre esprit, chacune des leçons concourt à cette préparation) s'efforcent-ils de satisfaire aux exigences du professeur, en vue d'arriver à une exécution parfaite des mouvements indiqués.

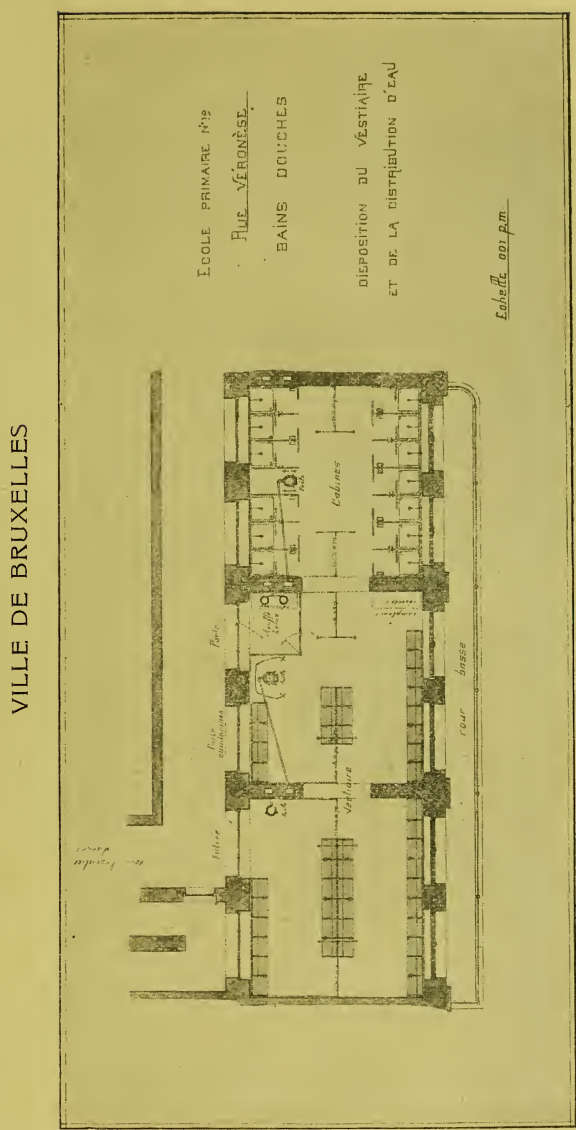
Nulle occasion ne convient mieux, pour ces démonstrations,

AU DANEMARK

Leçon de natation (filles).

que la fête scolaire organisée à l'occasion des distributions de prix et cela, pour deux raisons : d'abord, la démonstration sera ainsi faite devant un public nombreux ; en outre, elle aura l'immense avantage de s'adresser à des spectateurs bien disposés, deux conditions éminemment propres à lui assurer son maximum d'effet utile.

M. Béro (St-Gilles) ajoute qu'on pourrait aussi profiter des expositions de fin d'année qu'on a une tendance, dans certaines



communes comme St-Gilles, à substituer aux distributions de prix. En même temps que les parents seraient invités à examiner les cahiers et les travaux manuels de leurs enfants, on donnerait à leur intention, dans le gymnase même de l'école, une confé-

rence accompagnée d'une leçon pratique, sur l'importance de l'éducation physique.

M. Olinger (Mersch) — Dans le Grand-Duché de Luxembourg, plusieurs écoles de différentes communes se réunissent pour organiser des démonstrations publiques, sans esprit de concours, mais dans le but de répandre la gymnastique.

M. Maerschalck (Bruxelles). — La démonstration de gymnastique doit se donner au gymnase même. Il me semble qu'il ne faut pas en organiser lors des distributions de prix, parce que la démonstration, tout en servant à faire connaître la gymnastique, doit également montrer aux assistants l'état d'entraînement auquel sont arrivés les élèves. Il est difficile de satisfaire à ce dernier désidératum dans une salle de spectacle, celle-ci ne contenant pas le matériel ad hoc. De plus, nous avons pendant l'année de nombreuses occasions de réunir le parents *à l'école* même. Profitons-en pour donner des démonstrations qui montrent réellement les résultats des cours de gymnastique.

M. Sullivan (Neuchâtel) n'est guère partisan des démonstrations organisées à l'occasion des distributions de prix. Le seul effet est produit sur les spectateurs ! Un temps précieux, pouvant être employé plus utilement, est perdu pour la préparation de ces représentations.

M. Schepers (St-Gilles). — Toute idée de bluff peut être écartée quand on présente un classe complète et non des éléments choisis. La démonstration doit consister en une leçon ordinaire précédée d'une petite causerie (celle-ci, afin d'éclairer les assistants).

M. Schepers rappelle une petite causerie qu'il fit lors d'une démonstration donnée par MM. Kocké et Maerschalck, à l'Ecole n°s 15 de Bruxelles.

M. Sullivan (Neuchâtel) n'est pas du tout opposé aux démonstrations telles que vient de les définir M. Schepers, mais insiste pour qu'elles soient organisées pour un autre moment que lors d'une distribution de prix et sans aucun appareil.

Une longue discussion surgit à propos du 5° des conclusions méthodologiques. Plusieurs personnes proposent des longueurs diverses pour les courses de vitesse.

M. Maerschalck (Bruxelles). — Il n'existe actuellement aucune donnée physiologique précise permettant de déterminer la longueur

Bains-douches. — Ecole primaire n° 10 (garçons).

d'une course. Je propose de laisser à l'expérience personnelle du professeur le soin de règler les courses de vitesse.

M. Kuypers (Charleroi). — Quelques personnes estiment que les chiffres du docteur Schmidt, reproduits par M. Loquifer sont absolument exagérés. Il est cependant de toute nécessité de fixer un maximum pour chaque âge. Voici les longueurs que je propose pour les courses de vitesse.

6-8 ans	25 m.	8-10 ans	50 m.
10-11 ans	75 m.	12-15 ans	100 m.

M. Sluys (Bruxelles). — Ces chiffres sont-ils théoriques ou résultent-ils d'expériences ?

M. Kuypers (Charleroi). — Ils sont le résultat de mes observations personnelles.

M. Sluys (Bruxelles). — Les personnes ici présentes, qui ont fait des expériences sur les courses de vitesse, sont priées de vouloir bien en faire connaître les résultats.

M, Richéme (Neuchâtel). — Il ne faut jamais dépasser, même après 15 ans, une longueur de 100 mètres. On peut établir une gradation jusqu'à 50 mètres, mais il est difficile d'en faire de même pour les distances intermédiaires entre 50 et 100 mètres.

M. Sluys (Bruxelles). — Quels chiffres proposez-vous ?

M. Richéme (Neuchâtel). — Les distances suivantes sont le résultat de mes observations personnelles.

6-8 ans	25 m.	9-12 ans	50 m.
13-14 ans	75 m.	15 ans et plus	100 m.

M. le Dr Masay (Bruxelles). — Suivant la fréquence du pouls avant et après les courses de vitesse, il serait possible de déterminer la longueur que peuvent avoir celles-ci. Je propose en conséquence d'admettre ce vœu :

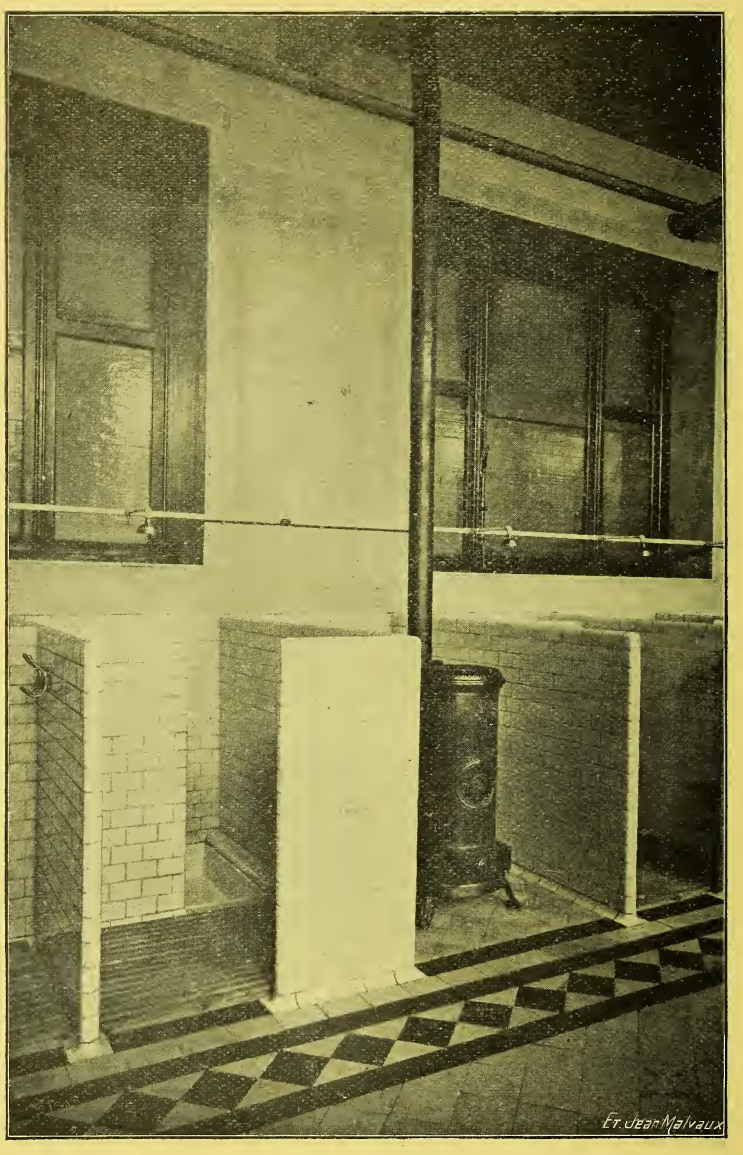
« Il y a lieu d'organiser dans les écoles des expériences relatives aux courses de fond et de vitesse, sur des enfants de différents âges, afin de mesurer la fatigue produite par la course. L'examen du pouls préconisé par le Capitaine Grade paraît la meilleure base de cette mesure ».

M. Sluys (Bruxelles). — La proposition de M. Masay est fondée. Jusqu'à présent les exercices de course ont été laissés

VILLE DE BRUXELLES

Vestiaire des bains-douches. — Ecole primaire n° 19 (Filles).

VILLE DE BRUXELLES



Bains-douches (détail). — Ecole primaire n° 19 (Filles).

à l'empirisme le plus complet. Plusieurs personnes ont trouvé les chiffres du docteur Schmidt trop forts. Il est donc nécessaire de faire des expériences dont le résultat nous fixera dans la suite. L'exercice de vitesse peut être très utile, mais il est nécessaire de mesurer son effet et de le doser d'après le tempérament de chacun.

M. le Dr Masay veut-il indiquer à l'assemblée la façon dont il faut conduire les expériences qu'il préconise ?

M. le Dr Masay (Bruxelles). — M. le capitaine Grade expose cette question dans son rapport. Quand nous examinerons celui-ci l'assemblée aura tous les éclaircissements voulus.

M. Van Eyser (Bruxelles). — Une course de durée, de douze minutes, comme le recommande le Dr Schmidt, est absolument exagérée. Les adultes à l'Ecole supérieure d'Education physique de Bruxelles participant à deux séances hebdomadaires de gymnastique, ne supportèrent, qu'après deux années d'entraînement, une course rythmée de six à sept minutes.

Mme Van Eyser (Bruxelles). — Les courses de durée, à l'Ecole supérieure d'Education physique de Bruxelles, section des dames (âgées de 20 à 30 ans), ne dépassaient jamais, durant les premiers mois d'entraînement, deux minutes. Il y avait même des défections après la première minute.

M. Kuypers (Charleroi) a fait des expériences sur les normaliens de Charleroi. Il est arrivé à un maximum de quatre à cinq minutes. Il faut surtout user de prudence vers 14-15 ans, alors que le thorax diminue relativement de force.

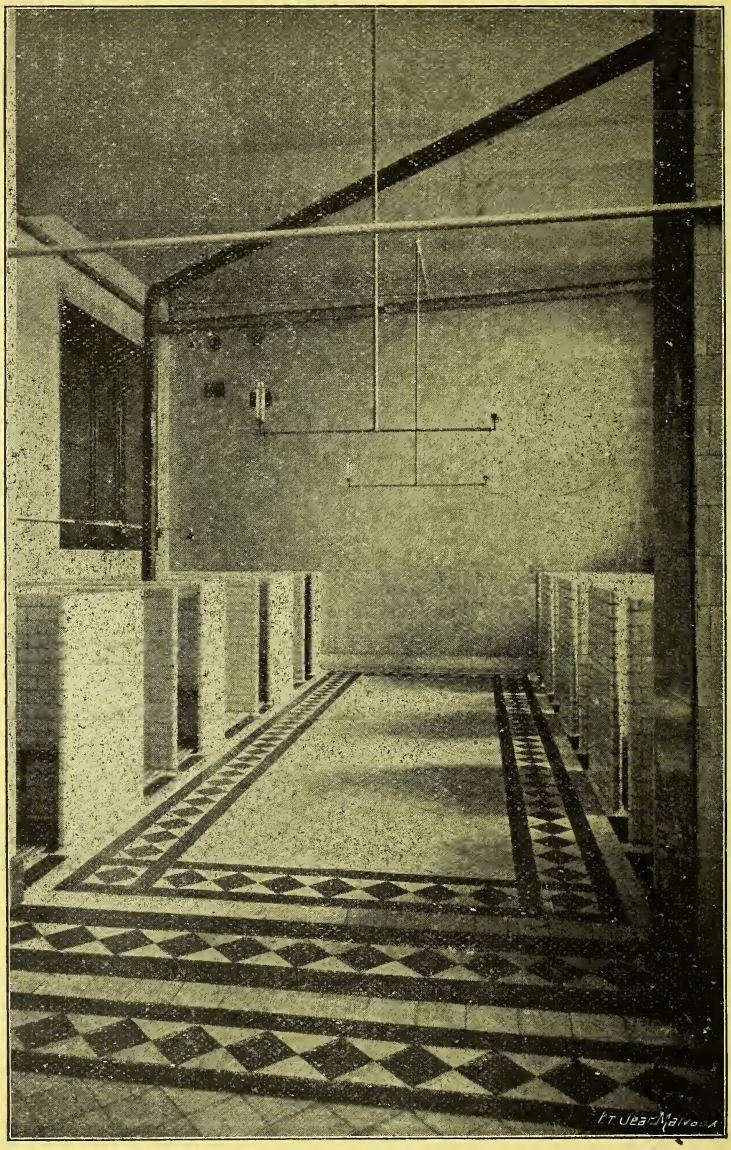
Mlle Raes (Gand). — A l'Institut supérieur d'Education physique de Gand, les élèves, âgées de 22-23 ans, et plus, couraient, après entraînement journalier, pendant quatre minutes.

M. Richème (Neuchâtel) a fait des expériences dans les leçons données à des jeunes filles. Après la 5e année de gymnastique, élèves de 14 à 16 ans, elles parvenaient à courir aisément pendant cinq minutes.

Mlle Stoessel (Genève). — A l'Institut central de Stockholm, en 2e année, le minimum des élèves courait tout au plus pendant trois minutes.

M. Béro (St-Gilles). — Pour établir avec certitude la longueur

VILLE DE BRUXELLES



Bains-douches. — Ecole primaire n° 19 (filles).

possible et efficace des courses aux différents âges de la scolarité, il faudrait soumettre *un même groupe d'élèves* à une éducation physique tout à fait rationnelle pendant toute la durée de leurs études, de 6 à 20 ans. par exemple.

Les données recueillies par l'examen de ces élèves seraient sérieuses, croyons-nous.

AU DANEMARK

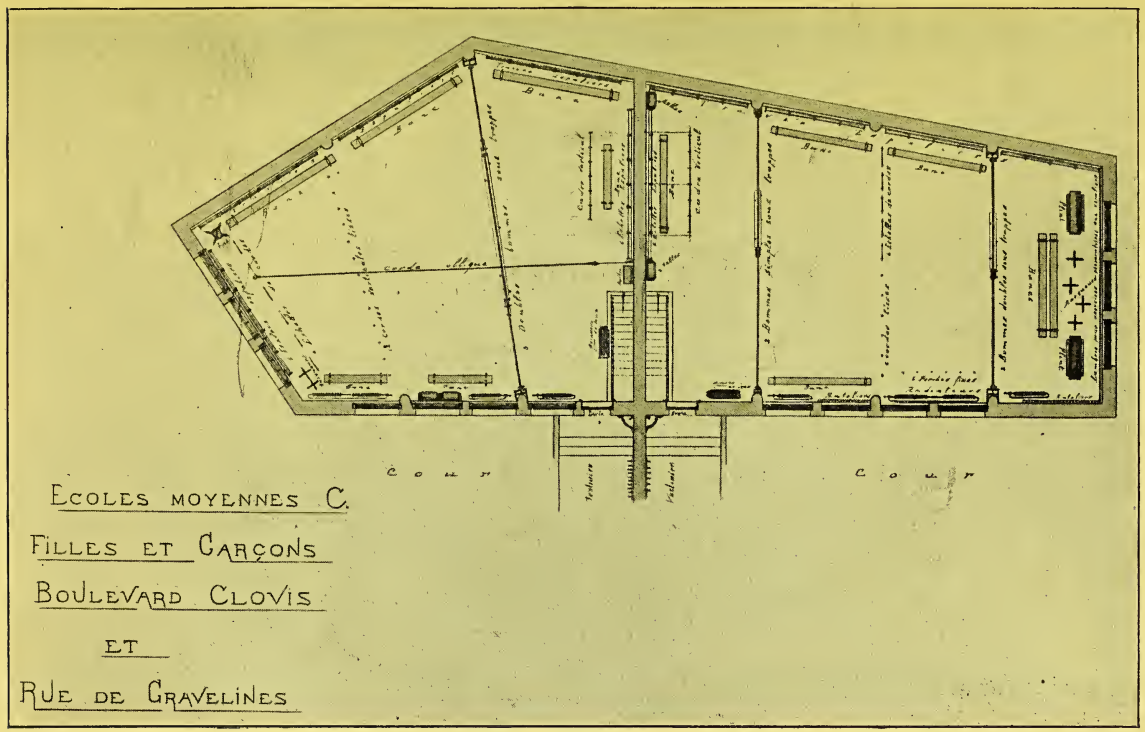
Les bains-douches en plein air.

Je suis certain que, à l'heure actuelle, aucun professeur d'éducation physique n'a eu l'occasion de faire pareille expérience.

Nous devons donc être très prudents dans l'entraînement des élèves à la course, mais nous ne pouvons pas affirmer qu'une course de vitesse de 300 mètres soit nuisible à des jeunes gens de 15 à 17 ans bien préparés.

M. Sluys (Bruxelles). — M. Béro dit très bien : nous

VILLE DE BRUXELLES



Plans d'installations gymnastiques.

n'avons pas de bases pour établir des moyennes. Nous avons à faire des expériences, sur une grande échelle. Ces observations porteront sur tous les degrés scolaires (école primaire à université). De toute cette discussion, il ressort clairement que les chiffres du docteur Schmidt ne sont pas admissibles.

M. le Dr Masay (Bruxelles). — J'insiste encore sur la remarque faite par M. Kuypers ; c'est vers 14-15 ans que se manifeste généralement l'hypertrophie cardiaque, si fréquente notamment chez les jeunes coureurs cyclistes. Usons donc de prudence.

Le vœu présenté par M. le docteur Masay est adopté.

M. Sluys (Bruxelles), — L'entraînement sur les plaines de jeux a provoqué beaucoup d'accidents. Le docteur Lagrange à écrit que les exercices violents peuvent provoquer des troubles très graves, et qu'il est nécessaire de les doser.

Faute de pouvoir donner aux éducateurs des renseignements exacts, recommandons leur d'user de prudence dans les exercices de course.

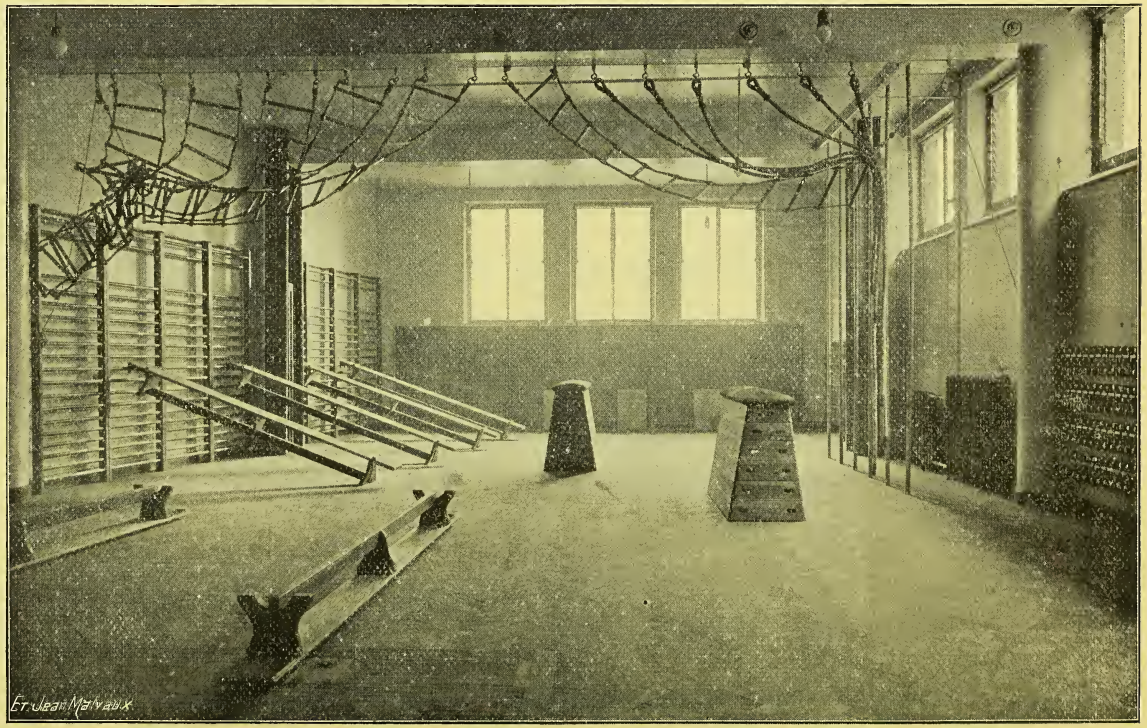
A propos du 4° des conclusions méthodologiques, M. Sluys propose de spécifier les exercices d'application (natation, patinage, sport.), et ajoute :

On a reproché à la méthode de Ling de ne pas développer le courage, le sang-froid, la hardiesse, etc. quelqu'un veut-il répondre à cette assertion ?

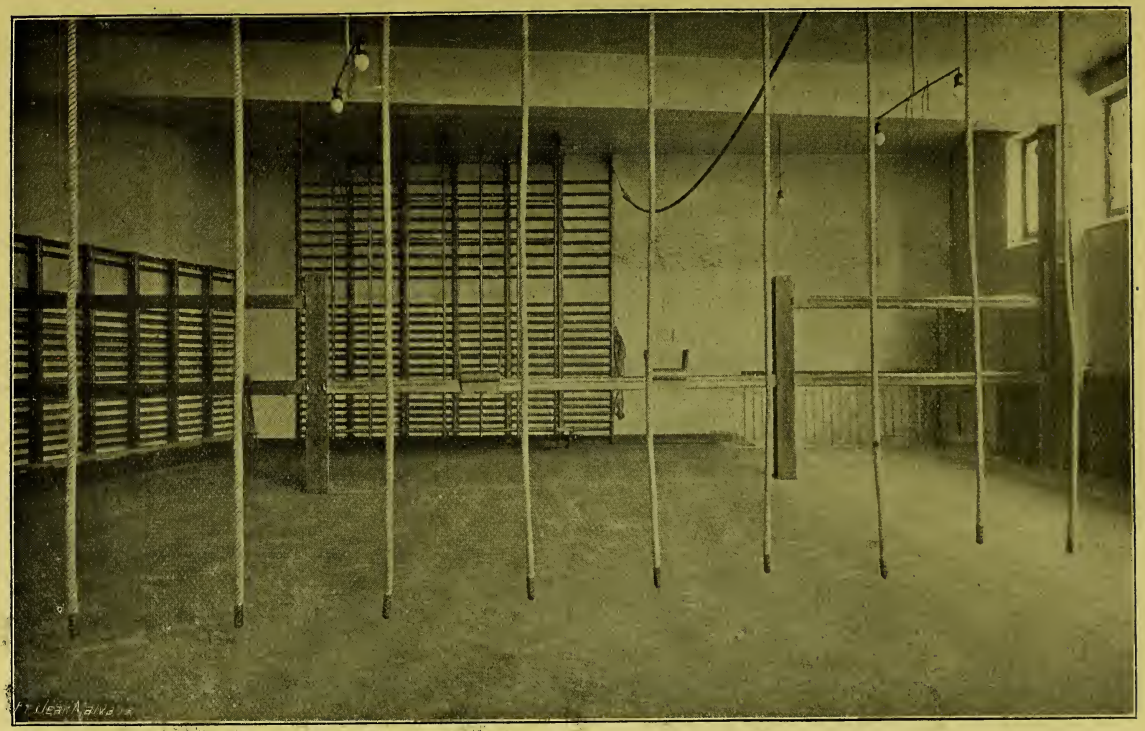
M. Béro (St-Gilles) cite les exercices d'application pratiqués à l'Ecole supérieure d'éducation physique de Bruxelles, comme propres à développer les qualités citées par M. Sluys : courses rapides avec obstacles nombreux et variés, sauts, ascension et descente de plans fortement inclinés et même équilibres élevés.

Mlle Verlvois (Anvers) cite les équilibres élevés sur la bomme qui sont des exercices développant le sang-froid, la hardiesse, le courage.

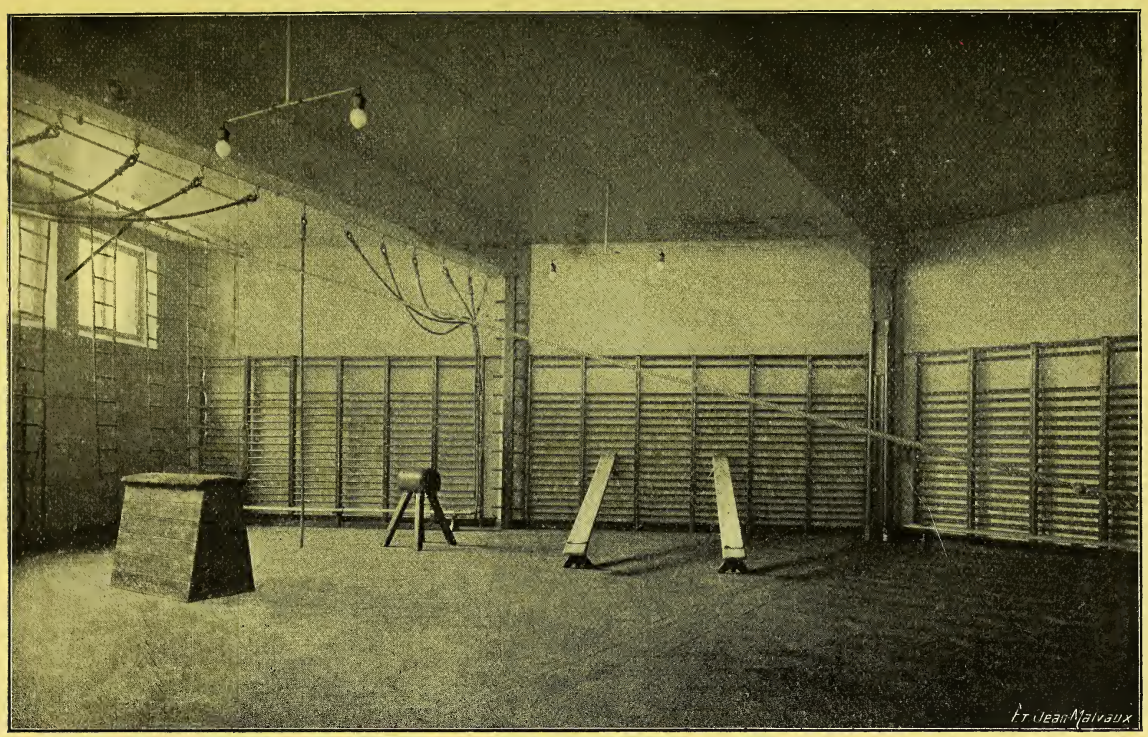
M. Sluys (Bruxelles). — Les équilibres développent le sang-froid, mais ils doivent être gradués ; il faut commencer par des équilibres sur le sol, puis sur le banc, sur la bomme à petite hauteur, et peu à peu sur la bomme à grande hauteur. La gradation doit être lente, Il faut au début aider le gymnaste.



Salle de gymnastique. — Ecole moyenne C (filles).



Salle de gymnastique. — Ecole moyenne C (garçons).



Salle de gymnastique. — Ecole moyenne C (garçons).

Toujours il faut, dans les équilibres élevés, prendre des précautions. Les gymnastes, exercés méthodiquement, lorsqu'ils arrivent aux exercices d'équilibre sur la bomme placée très haut, sont maîtres de leur corps et savent, en cas de manque d'équilibre, passer à l'appui sur la bomme, à la suspension, ou faire un saut correct sur le sol. L'essentiel est la gradation méthodique ; y manquer est une faute grave. Ceux qui ont prétendu que la gymnastique de Ling ne développe pas le courage, le sang-froid, la hardiesse, ne la connaissent pas.

M. Kuypers (Charleroi) pense qu'il n'est pas nécessaire de réfuter l'objection signalée par M. Sluys, car elle ne résiste pas à l'examen de ceux qui pratiquent la méthode de Ling.

M. Sluys (Bruxelles). — Nous sommes ici réunis en Congrès. C'est le moment de répondre aux objections des adversaires qui n'y sont pas.

M. Van Eyser (Bruxelles). — La méthode scientifique possède-t-elle les moyens de développer chez les jeunes gens le courage, le sang-froid, l'audace, l'énergie ?

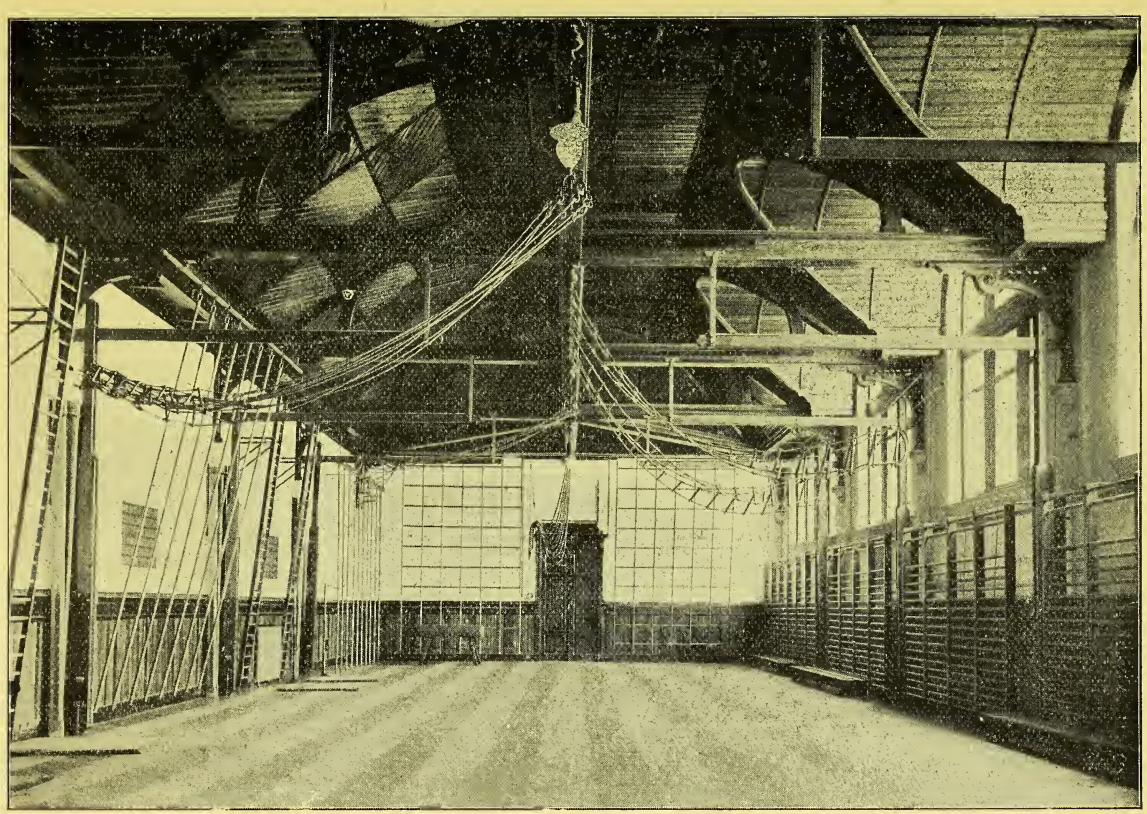
La méthode allemande ne possède-t-elle pas ces ressources à un degré plus élevé ? Telle est la question qui nous est posée et que les adversaires du système de Ling résolvent, en déclarant la méthode éducative que nous préconisons, inapte à augmenter ces qualités morales.

Les exercices spécialement recommandés pour atteindre ce but sont les équilibres, les sauts, les exercices d'application : courses sur plan incliné, franchissement d'obstacles, etc. Ces séries sont graduées.

L'exécution de ces exercices demande une domination de soi-même de plus en plus parfaite, une coordination nettement établie, avec une précision absolue. Si l'on observe la succession de ces exercices, qui sont classés d'après la difficulté de leur exécution, l'on arrive à demander à l'élève un effort journellement plus soutenu et légèrement supérieur à celui de la veille.

La méthode allemande, avec l'emploi de la poutre, ne parvient pas à graduer les équilibres élevés.

Les sauts présentent dans les deux méthodes des avantages similaires au point de vue de la dépense d'influx nerveux. Toutefois,



Salle de gymnastique. — Ecole moyenne (garçons).
(Constructeurs VAN NECK frères, Bruxelles).

la correction apportée au maintien idéal du corps durant ces sauts dans la méthode scientifique, favorise l'utilisation économique des forces et contribue davantage au développement normal de l'organisme.

La méthode allemande préconise nombre d'exercices dangereux au reck, aux anneaux et aux barres parallèles. C'est la réussite de ceux-ci qui fait dire et répéter que cette méthode développe le courage. La méthode suédoise, au contraire, évite les accidents par la progression suivie. Par la succession de sauts, de courses d'obstacles, d'équilibres, de courses sur plan incliné, elle impose à l'organisme une épreuve pour laquelle il faut de l'énergie, du courage et du sang-froid.

M. Degreef (Lichtervelde) propose l'introduction de l'escrime dans notre enseignement, afin de développer chez les élèves les qualités morales précitées.

M. Sluys (Bruxelles) fait observer que l'escrime exige une attention soutenue et n'est pas un exercice à recommander pour les élèves des écoles qui, dans les classes, doivent déjà être attentifs. C'est du reste un exercice unilatéral et guerrier. Il n'y a pas lieu de l'inscrire au programme des écoles.

Le Président, *M. Sluys* (Bruxelles) reprend la question des matches et concours. Il s'en déclare adversaire parce qu'ils sont un réel danger public, parce qu'ils forment des jeunes gens ne rêvant que plaies et bosses, luttes et triomphes ! Il rappelle les causes de la décadence de la gymnastique grecque : les concours provoquèrent la formation d'athlètes que le public applaudissait ; la gymnastique dégénéra par ce système.

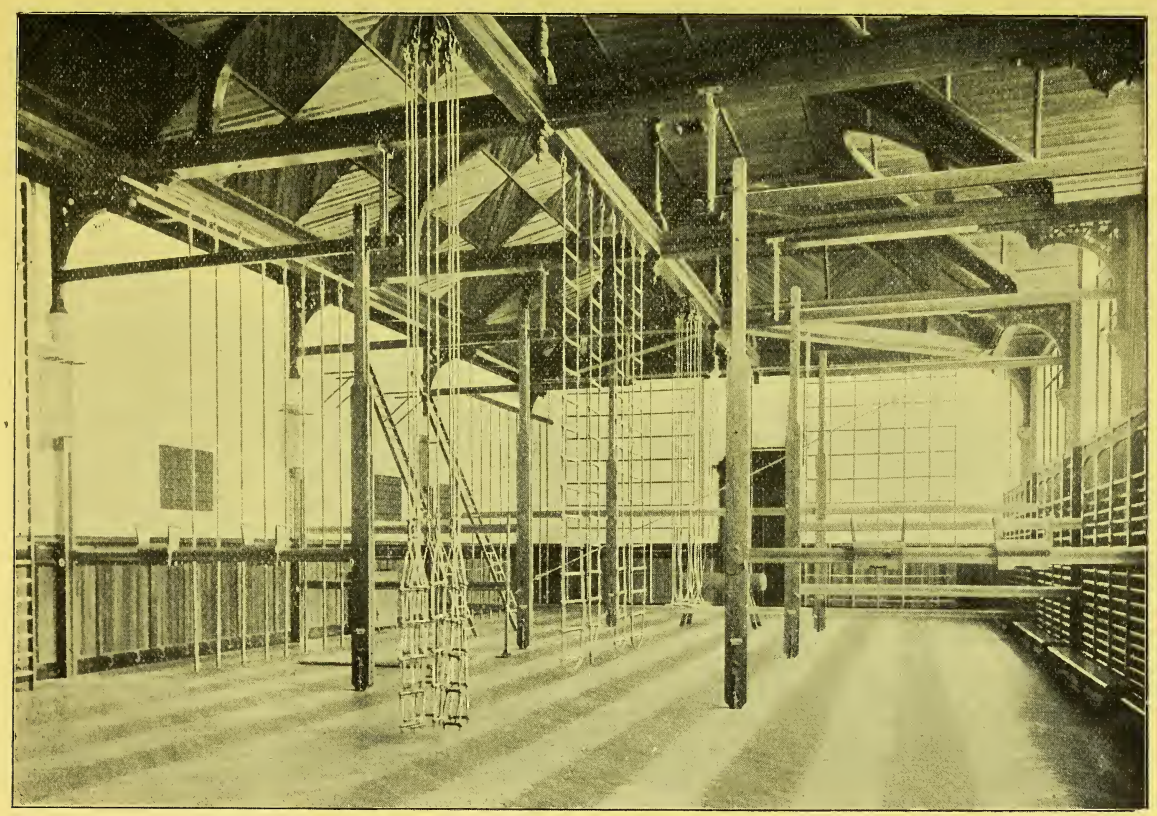
La question ayant été suffisament discutée, M. Sluys met aux voix la proposition suivante :

« Y a-t-il lieu de rejeter à l'école, les concours et les matches ?

Suppression des concours par 28 contre 7.
» » matches par 35 contre 0.

CONCLUSIONS.

1. Un cours régulier et progressif d'éducation physique, basé sur les principes de Ling, doit se continuer à travers toutes les études primaires et moyennes. Ce cours fera la part de



Salle de gymnastique. — Ecole moyenne (garçons).
(Constructeurs VAN NECK frères, Bruxelles).

plus en plus large aux exercices dits d'application, et aux jeux en plein air, conformément d'ailleurs aux idées suédoises : la gymnastique est un moyen, non un but.

2. Il y aurait lieu d'introduire au programme une leçon journalière d'une 1/2 heure à l'école primaire et de 3/4 d'heure à l'école moyenne. Les leçons seraient *obligatoires*.

3. Il est à désirer qu'un après-midi soit obligatoirement consacré aux jeux en plein air.

4. Une cote spéciale serait attribuée à l'éducation physique ; un minimum serait nécessaire pour l'obtention du certificat donnant accès aux études universitaires (sauf certaines dispenses reconnues nécessaires par le *médecin de l'école*).

5. On organisera des démonstrations publiques, en les faisant précéder d'une courte explication s'adressant aux spectateurs.

CONCLUSIONS MÉTHODOLOGIQUES.

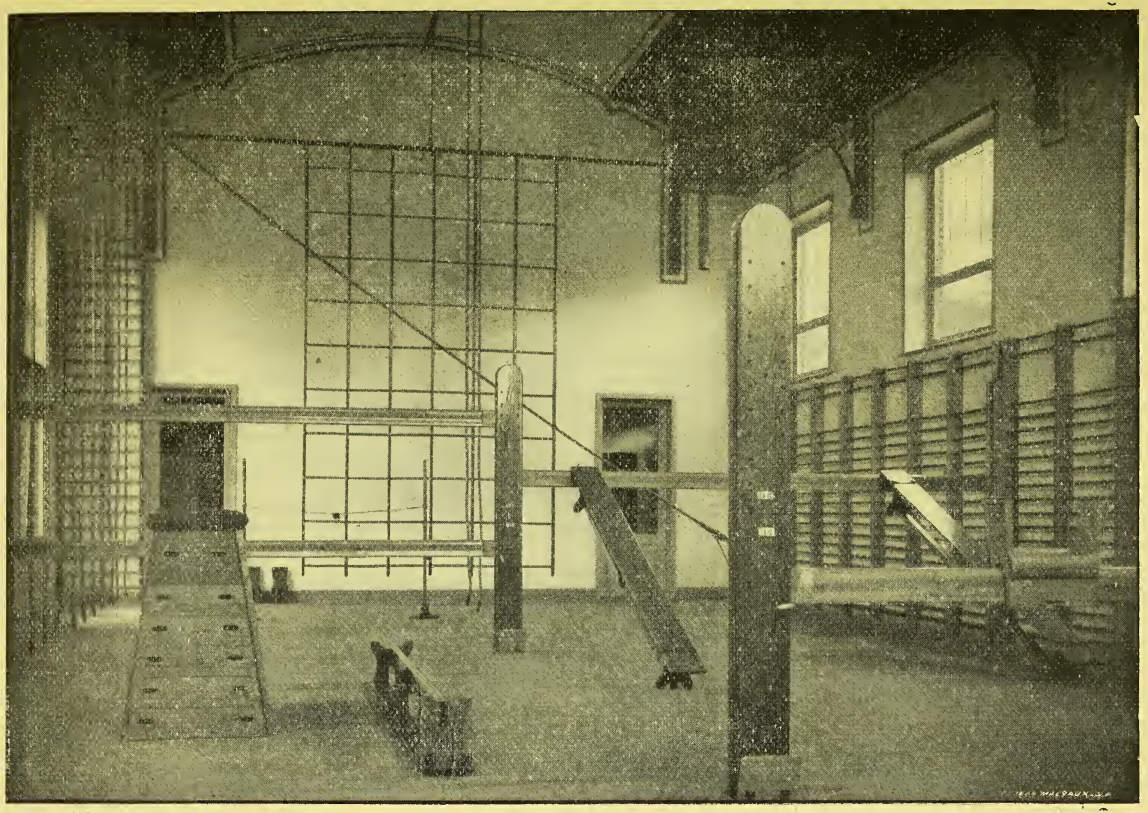
1. Dans la leçon de gymnastique, tenant compte de la progression qui doit dominer tout enseignement, on accentuera, de plus en plus, les qualités de correction, d'adresse, de force, etc. à exiger des élèves.

2. Afin de prévenir et de guérir les déformations signalées ci-dessus (voir sédentarité), une grande attention sera apportée aux exercices correctifs, à ceux-là particulièrement qui provoquent le redressement du rachis.

3. Dans le but de favoriser le développement intégral du cœur et des poumons, les élèves seront graduellement entraînés à la course (user de prudence en attendant que de nouvelles données scientifiques permettent de fixer la longueur relative d'une course).

4. Le cours de gymnastique s'attachera à développer les qualités de courage, de hardiesse et de sang-froid. Moyens : sauts, exercices d'application, natation, bains-douches, patinage, jeux, équilibres élevés.

Vers l'âge de 17-18 ans, le canotage peut être commencé. Des exercices spéciaux, tels que l'escrime et la boxe française, seront avantageusement enseignés.



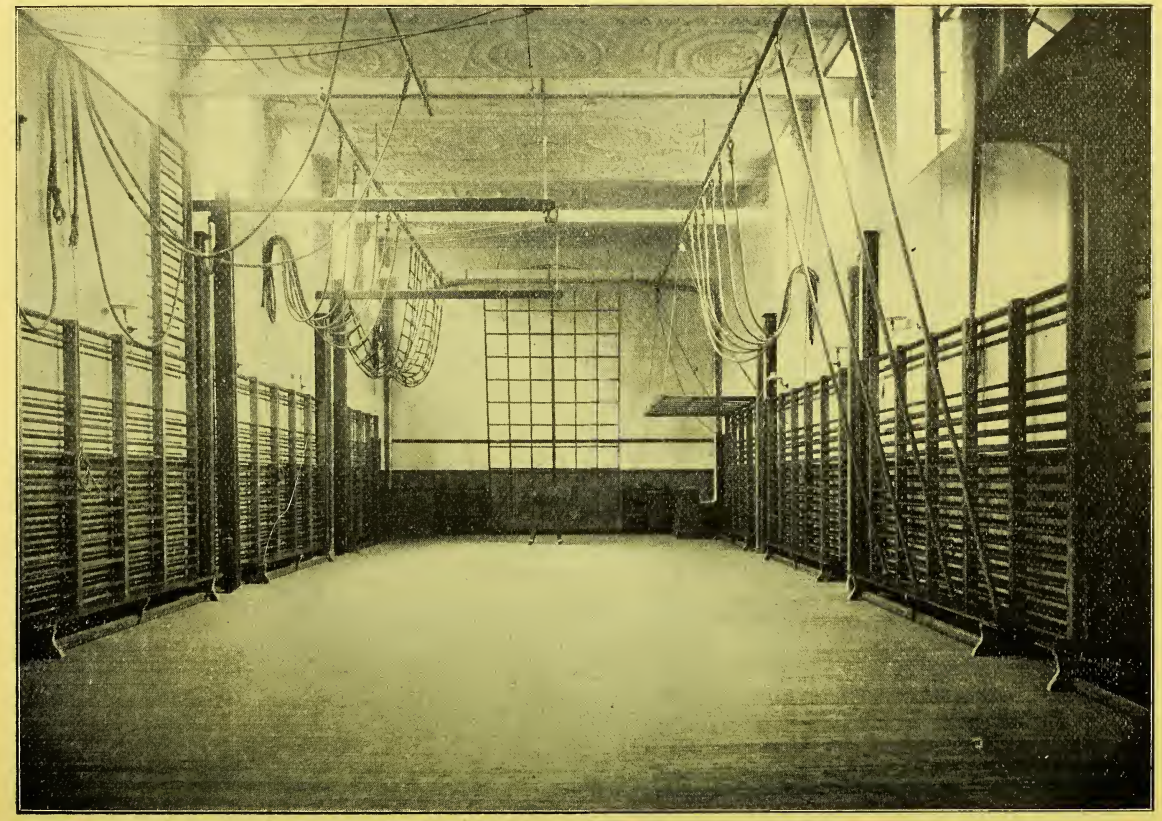
Salle de gymnastique. — Pensionnat de jeunes filles « Les Peupliers ».
(Constructeurs VAN NECK frères, Bruxelles).

On n'oubliera jamais les précautions qui doivent êtres prises, au point de vue pédagogique, pendant les jeux ; au point de vue hygiénique, après les jeux intenses, dont on limitera d'ailleurs la durée.

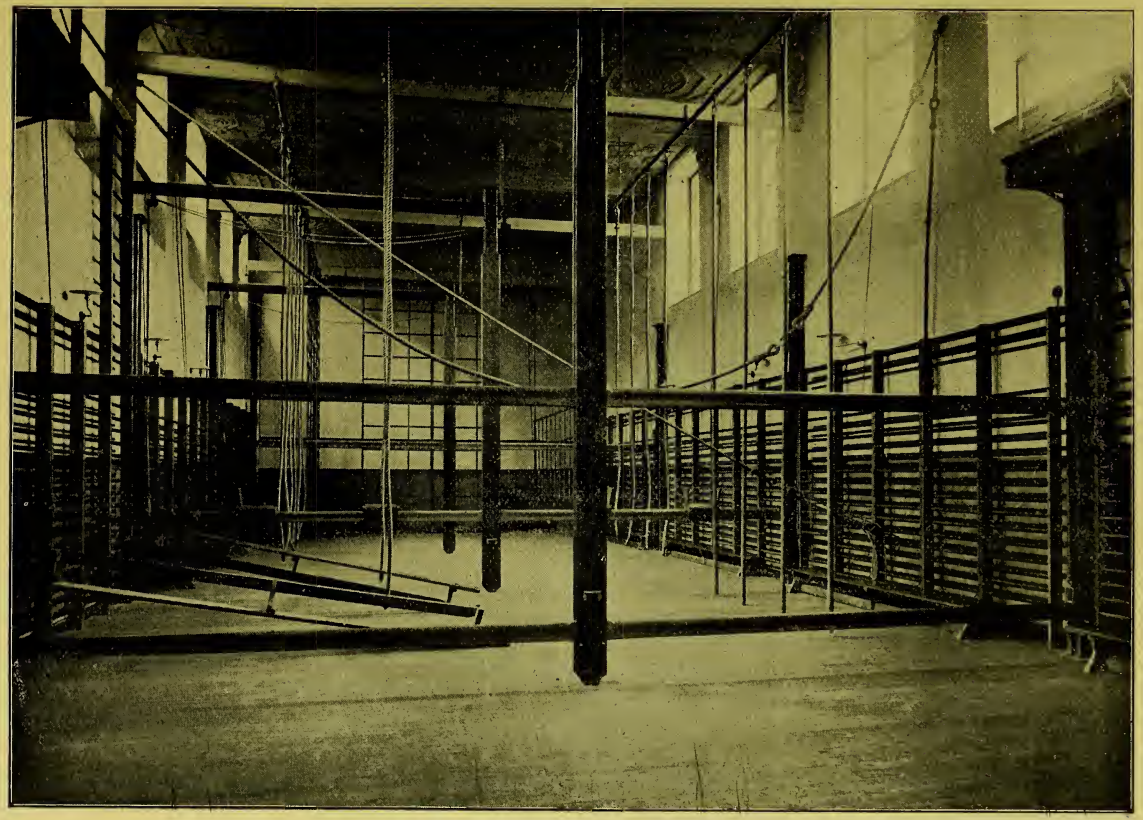
M. Chéron (Paris). — Le docteur Tissié (Pau), vous prie, par mon intermédiaire, de bien vouloir renouveler le vœu suivant, émis antérieurement déjà au Congrès de Mons (1905) :

« Dans la pratique des exercices corporels on recherchera de préférence les moyens dont la valeur au point de vue de l'hygiène, de l'esthétique, de l'économie des forces et de l'effet moral aura subi le contrôle expérimental uni à l'analyse scientifique ; on s'inspirera d'une méthode fondée sur la connaissance physiologique du corps humain, dont Ling a été le principal initiateur ».

Ce vœu est adopté.



Salle de gymnastique. — Institut supérieur d'Education physique.
(Constructeurs VAN NECK frères, Bruxelles)



Salle de gymnastique. — Institut supérieur d'Education physique.
(Constructeurs VAN NECK, frères Bruxelles)

Mesure des effets des mouvements dits dérivatifs

Rapport présenté par M. le Capitaine d'artillerie E. GRADE (Gand).

Le degré d'avancement d'une science est en raison directe du caractère mathématique qu'elle acquiert

« Les exercices dérivatifs dit le major Lefebure, sont destinés à être intercalés, au besoin, entre les mouvements de deux groupes, afin de rétablir la circulation normale du sang ou la respiration, qui auraient été modifiées profondément par un exercice précédent. »

Essayons d'évaluer quantitativement les effets de ces mouvements dérivatifs.

Pour cela, faisons exécuter un même mouvement énergique deux fois par le même sujet. Après la première exécution, le sujet prendra une attitude de repos, tandis qu'après la deuxième exécution il exécutera des exercices dérivatifs. Dans les deux cas, notons le pouls aussitôt le mouvement terminé, puis à des intervalles de temps déterminés jusqu'à ce que la circulation soit redevenue normale. La comparaison des nombres de pulsations ainsi constatées donnera la mesure de l'effet des exercices dérivatifs pour le sujet expérimenté En opérant sur un grand nombre d'individus, nous pourrons obtenir la valeur moyenne de l'effet des dits exercices.

La course étant un mouvement très énergique et facilement dosable, se prêterait très bien à ces recherches expérimentales et le programme des expériences pourrait être le suivant :

Choisir un sujet normal et sain (entraîné ou non), constater la fréquence de son pouls ; lui faire franchir au pas de course une distance donnée, dans un temps donné et à une vitesse uniforme.

Aussitôt la course terminée, constater au moyen du sphygmographe le pouls du sujet ; faire prendre à ce dernier une attitude de repos (immobilité, assis ou couché) constater le pouls une demi-minute après et, enfin, une minute après. Noter aussi le temps t au bout duquel la circulation est redevenue normale.

Lorsque le sujet est bien reposé, lui faire franchir à nouveau la même distance à la même allure ; constater le pouls aussitôt

la course terminée ; faire exécuter au sujet des exercices dérivatifs appropriés ; constater le pouls au bout d'une demi-minute, puis d'une minute. Enfin noter le temps t' au bout duquel la circulation est redevenue normale.

Soient p p' p'' les pouls constatés à la 1e expérience.
. . . p_1 p'_1 p''_1 . . . . . 2e . . . .

(Si l'expérience est bien faite, p_1 sera sensiblement égal à p.)

Les rapports :

$$\frac{p' - p'_1}{p} \quad , \quad \frac{p'' - p''_1}{p}$$

mesureront l'effet du mouvement dérivatif sur les pulsations au bout d'une demi-minute et d'une minute. Quant à la durée de la période troublée, nous remarquerons que la circulation étant calmée $\frac{t}{t'}$ fois plus vite, ce rapport

$$\frac{t}{t'}$$

est très intéressant à rechercher.

Pour plus d'exactitude, il serait bon de recommencer les mêmes expériences, mais en faisant cette fois exécuter les mouvements dérivatifs après la première course.

Soient alors p_2 p'_2 p''_2 les pouls constatés à la 1e de ces nouvelles expériences.

p_3 p'_3 p''_3 les pouls constatés à la 2e de ces nouvelles expériences.

p_2 sera toujours sensiblement égal à p_3, et les rapports

$$\frac{p'_3 - p'_2}{p_2} \quad , \quad \frac{p''_3 - p''_2}{p_2}$$

mesureront encore l'influence des mouvements dérivatifs.

Si les expériences sont bien conduites, on aura très sensiblement :

$$\frac{p' - p'_1}{p} \qquad \frac{p'_3 - p'_2}{p_2} \qquad (1)$$

$$\text{et} \quad \frac{p'' - p''_1}{p} = \frac{p''_3 - p''_2}{p^2} \quad (^2)$$

Répéter, avec le même sujet, ces expériences un certain nombre de jours ; prendre la valeur moyenne (moyenne arithmétique) des rapports (1) et (2) de chaque expérience. Obtenir ainsi des nombres qui mesurent, pour ce sujet, l'influence des exercices respiratoires.

Faire ces séries d'expériences sur un grand nombre d'individus, obtenir ainsi un chiffre qui donnera, pour un sujet moyen, la mesure de l'influence des exercices respiratoires. Ce chiffre constituera dès lors une donnée scientifique très intéressante.

REMARQUE. — Nous avons choisi comme objet des mesures la fonction cardiaque plutôt que la fonction respiratoire, parce que celle-ci, étant en partie soumise à la volonté, les résultats d'expérience pourraient en être faussés ; en outre, la fréquence plus grande des pulsations comparativement aux inspirations est un facteur avantageux pour la précision des mesures.

Les séries d'expériences précédentes permettraient également de déterminer en même temps :

A. L'influence de la vitesse et de la durée d'une course sur la fréquence des pulsations cardiaques.

B. L'influence de l' « entraînement » sur la fonction du cœur.

C. L'aptitude athlétique du sujet.

Il suffirait de sérier les courses d'après un programme déterminé, par exemple, comme suit :

A. — *Mesure de l'influence de la distance et de la vitesse de la course sur la fréquence du pouls.*

Programme d'expériences. — Faire franchir une distance de 100 mètres à la vitesse uniforme de 4 mètres par seconde, puis de 6 mètres par seconde, puis de 8 mètres par seconde ; constatez chaque fois le pouls immédiatement avant et après la course.

Opérer de même en faisant franchir :

Une distance de	200 m.	à la vitesse de	4, 6 et 8 m.	par seconde
—	400 m.	—	4 et 6 m.	—
—	800 m.	—	4 et 6 m.	—

Opérer sur un grand nombre de coureurs.

Prendre la moyenne des résultats.

Construire des diagrammes au moyen de ces chiffres.

Ces expériences pourraient être faites dans les écoles, universités, casernes, instituts d'éducation physique, les coureurs étant classés en catégories suivant leur âge ou leur profession.

B. — *Mesure de l'influence de l'entraînement sur la fonction du cœur.*

En exécutant ces séries d'expériences au moyen d'un sujet une première fois au début d'une période d'entraînement et une seconde fois à la fin de cette période, nous constaterons que l'entraînement aura pour effet de diminuer le nombre de pulsations du cœur amenées par une course de même vitesse et de même durée. Nous aurons ainsi pour chaque sujet la mesure de l'effet de l'entraînement sur la fonction cardiaque.

La moyenne de ces résultats, pris pour un grand nombre de sujets donnera un chiffre fort intéressant et qui mériterait de devenir classique : il servirait de guide aux professeurs d'éducation physique pour l'entraînement des élèves qui leur seraient confiés.

C. — *Détermination de l'* « *aptitude athlétique* » *du sujet.*

Les expériences précédentes ont permis de constater l'influence de la vitesse et de la durée de la course, c'est-à-dire de l'*énergie* (1) du mouvement sur la fréquence du pouls.

D'autre part, il est possible de calculer l'énergie mécanique relative de diverses épreuves de courses (voir Demeny). Il en résulte que nous pourrons établir pour chaque sujet un tableau indiquant le rapport de la fréquence du pouls à l'énergie du mouvement. Et si nous prenons comme terme de comparaison, pour une série de sujets, un mouvement d'une énergie déterminée, le rapport en question sera la mesure de ce que nous appellerons l'*aptitude athlétique du sujet.*

Si, par exemple, à cause de l'exécution d'un mouvement d'une énergie déterminée, le pouls du sujet A s'accélère davantage que celui du sujet B, il est certain que le cœur de A atteindra plus vite la limite au delà de laquelle la fréquence du pouls devient dangereuse. Les dépenses de travail musculaire de A seront donc

(1) Le mot « énergie » est considéré ici dans le sens qu'on attribue vulgairement à l'expression « mouvement énergique » ; il est à remarquer que ce mot énergie a la même signification qu'en mécanique : il est mis pour : « quantité de travail musculaire dépensé. »

plus rapidement limitées (en durée et en intensité) que celles de B. En termes sportifs, A aura le cœur « moins bien attaché » que B ; A sera moins bon athlète que B, et nous nommerons degré d'aptitude athlétique à un exercice déterminé le *rapport de la fréquence du pouls immédiatement avant et immédiatement après l'exercice.*

Pour comparer divers sujets on pourrait, par exemple, prendre comme degré d'aptitude athlétique générale le rapport de la fréquence du pouls constaté immédiatement avant une course de 100 mètres, exécutée en 15 secondes, au pouls constaté immédiatement après cette course.

Ce degré d'aptitude athlétique n'est évidemment pas constant, il varie avec les dispositions momentanées du sujet (facteur qu'on élimine dans les expériences dans lesquelles on suppose toujours le sujet « bien disposé »), suivant son âge et suivant son degré d'entraînement (Voir expériences du 2°.)

REMARQUE 1. — En physiologie, on appelle *capacité vitale* la plus grande masse d'air qu'on puisse faire sortir de la poitrine, après une inspiration forcée.

Ce terme capacité vitale semble assez mal choisi : celle-ci est la même, soit par exemple de 3 l. 5, pour deux individus ; mais l'un pèse 60 et l'autre 100 kilos, on ne peut cependant pas dire qu'ils sont également bien doués au point de vue respiratoire ; or, on devrait l'admettre si l'on s'en tenait à la signification des mots : « capacité vitale ».

Il semblerait donc plus rationnel d'appeler capacité vitale le rapport du volume d'air ci-dessus défini au poids du sujet.

Encore, cette définition nouvelle ne fournirait-elle qu'une donnée imparfaite et même erronée de la vitalité d'un individu. En effet, les mesures spirométriques sont faites sur des sujets au repos, c'est-à-dire dont les fonctions respiratoires et circulatoires n'ont pas été modifiées par un exercice préliminaire ; ces mesures renseignent donc uniquement sur la capacité pulmonaire et nullement sur la puissance de contraction du muscle cardiaque. Un sujet atteint d'une affection du cœur pourrait donc très bien accuser, aux expériences spirométriques, une capacité vitale très grande, alors qu'un exercice tant soit peu énergique le mettrait en danger de mort.

La méthode qui fait l'objet de l'exposé ci-dessus présente, au contraire, un caractère dynamique : elle mesure les effets du mouvement sur le cœur ; or, dès qu'il y a mouvement, la fonction

cardiaque et la fonction pulmonaire sont en mutuelle dépendance. Un individu peut compenser par un soufflet thoracique puissant renfermant des poumons tout à fait sains, un cœur relativement faible. Réciproquement une intégrité incomplète des voies respiratoires peut être compensée par un cœur « bien attaché ». Ces deux sujets pourraient, par exemple, avoir le même « degré d'aptitude athlétique », alors qu'ils seraient loin d'avoir la même « capacité vitale ».

Les deux fonctions, cardiaque et pulmonaire, étant en mutuelle dépendance, la mesure des effets de l'une d'elle donnera la mesure de leur effet simultané Nous avons indiqué précédemment les deux raisons pour lesquelles nous avons choisi la mesure de la fréquence des ondes sanguines plutôt que la mesure du rythme respiratoire.

REMARQUE 2. — On pourrait reprocher au procédé de détermination de l'aptitude athlétique de ne pas tenir compte de l'influence du système nerveux. Certes, un sujet à volonté forte et dont le système nerveux est bien développé est préférable, toutes autres choses égales, à un individú paresseux. Mais il est néanmoins certain que si tous deux exécutent un mouvement d'égale énergie, les perturbations de leurs fonctions circulatoire et respiratoire seront égales. Dès lors l'appellation d'aptitude athlétique reste justifiée.

CONCLUSIONS

Indépendamment des résultats directs pratiques et scientifiques des expériences précédentes, celles-ci auraient d'heureuses conséquences au point de vue pédagogique. Ces expériences, très simples d'ailleurs, pourraient, en effet, utilement se faire au cours des leçons de gymnastique : l'attention des élèves serait ainsi attirée sur la fonction cardiaque si essentielle ; le caractère scientifique de la gymnastique s'affirmerait en liaison avec le côté pratique ; les jeunes gens, qui ne pourraient manquer de s'intéresser à ces expériences, puisqu'ils serviraient de sujets opératoires, seraient amenés à comprendre les notions mécaniques du temps et de la vitesse ; ils s'initieraient à la minutie et à l'esprit des mesures scientifiques ; ils seraient pénétrés des bases physiologiques de l'éducation physique ; ils auraient lu et découvert par eux-mêmes une loi de la nature dans le grand livre de l'expérience.

Ecole normale d'instituteurs. — Mensurations anthropométriques.

Tableau donnant les résultats moyens des mensurations anthropométriques, après quatre années d'études (1905-1909).

PROMOTION	Age à la 1re mensuration	TAILLE			POIDS			PÉRIMÈTRE THORACIQUE							DIAMÈTRE ANTÉRO POSTÉRIEUR							DIAMÈTRE TRANSVERSAL						
								1905			1909			Différence générale	1905			1909			Différence générale	1905			1909			Différence générale
		1905	1909	Différence	1905	1909	Différence	Inspiration	Expiration	Différence	Inspiration	Expiration	Différence		Inspiration	Expiration	Différence	Inspiration	Expiration	Différence		Inspiration	Expiration	Différence	Inspiration	Expiration	Différence	
33e (24 élèves)	15 1/2	1.564	1.681	+ 0.117	48.77	59.87	+ 11.10	0.77	0.70	+ 0.07	0.89	0.80	+ 0.09	+ 0.02	0.193	0.165	+ 0.028	0.215	0.180	+ 0.035	+ 0.007	0.248	0.224	+ 0.024	0.283	0.251	+ 0.032	+ 0,008

Ville de Bruxelles. — Ecole normale d'Instituteurs.
Directeur : M. RYMERS. — Professeur : M. H. DE GENST.

RÉSUMÉ DE LA DISCUSSION

M. le Dr Masay (Bruxelles) donne lecture du rapport M. le Capitaine Grade. Il attire l'attention des personnes présentes sur l'importance des expériences préconisées dans ce travail, au point de vue des effets de certains exercices.

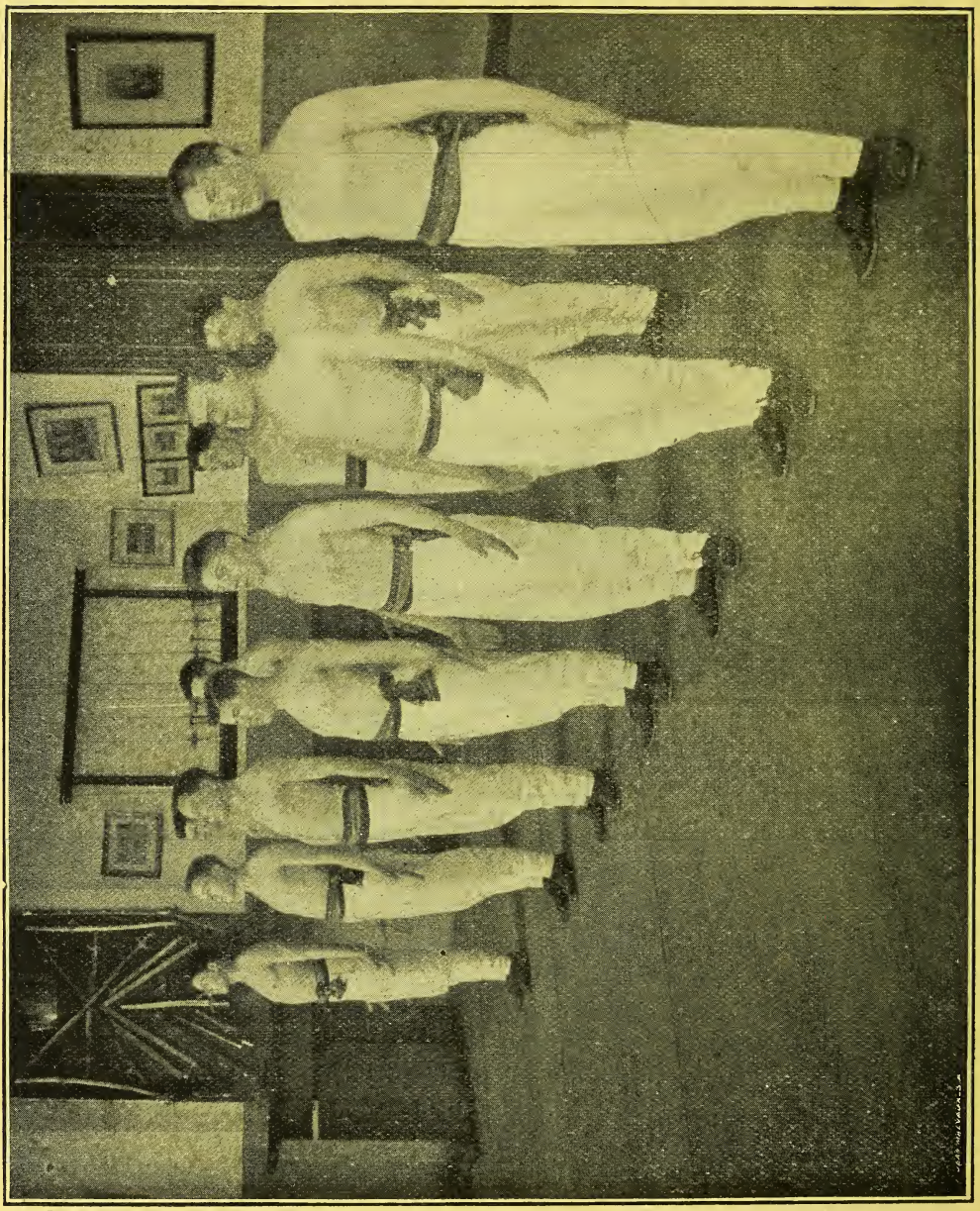
M. De Genst (Bruxelles). — Des expériences de ce genre, ainsi que des mensurations anthropotechniques devraient se faire dans tous les établissements d'éducation. Seules, elles permettent de se rendre compte, d'une façon scientifique et positive, de la valeur physique des enfants à qui s'appliqueront les exercices, elles guident les éducateurs dans l'élaboration de leurs cours en leur permettant une adaptation judicieuse des moyens physiques et mécaniques dont ils disposent et de ne jamais s'écarter du but à atteindre en le confondant avec les moyens, enfin elles renseignent élèves, parents et professeurs sur les résultats mathématiquement acquis. A l'Ecole normale d'Instituteurs de Bruxelles, dès 1905, grâce à son éminent directeur M. A. Sluys, nous avons pu établir un service de mensurations et d'examen médical qui donne les meilleurs résultats.

M. le Président A. Sluys (Bruxelles) prie M. De Genst de vouloir bien faire connaître à l'assemblée les expériences qui se font à l'Ecole normale de Bruxelles.

M. De Genst (Bruxelles). — Pour être admis à l'Ecole normale de Bruxelles, les élèves doivent posséder toutes les qualités physiques requises ; aussi subissent-ils, avant leur entrée, un examen médical éliminatoire, fait par le médecin de l'école en présence du directeur et du professeur d'éducation physique. Cet examen porte sur les organes principaux et fonctions essentielles (fonctionnement du cœur, des poumons ; hernies, varices, pied, vue, ouïe, toucher, muqueuses du nez, état général).

Un second examen, fait par le professeur d'éducation physique consiste à mesurer le poids, la taille, le périmètre thoracique (inspiration et expiration profondes) les diamètres antéro-postérieur et transverse (inspiration et expiration profondes) la capacité thoracique, la force dynamométrique de traction et de pression (main gauche et main droite) ; le professeur prend également le tracé graphique de la coupe transversale du thorax au moyen

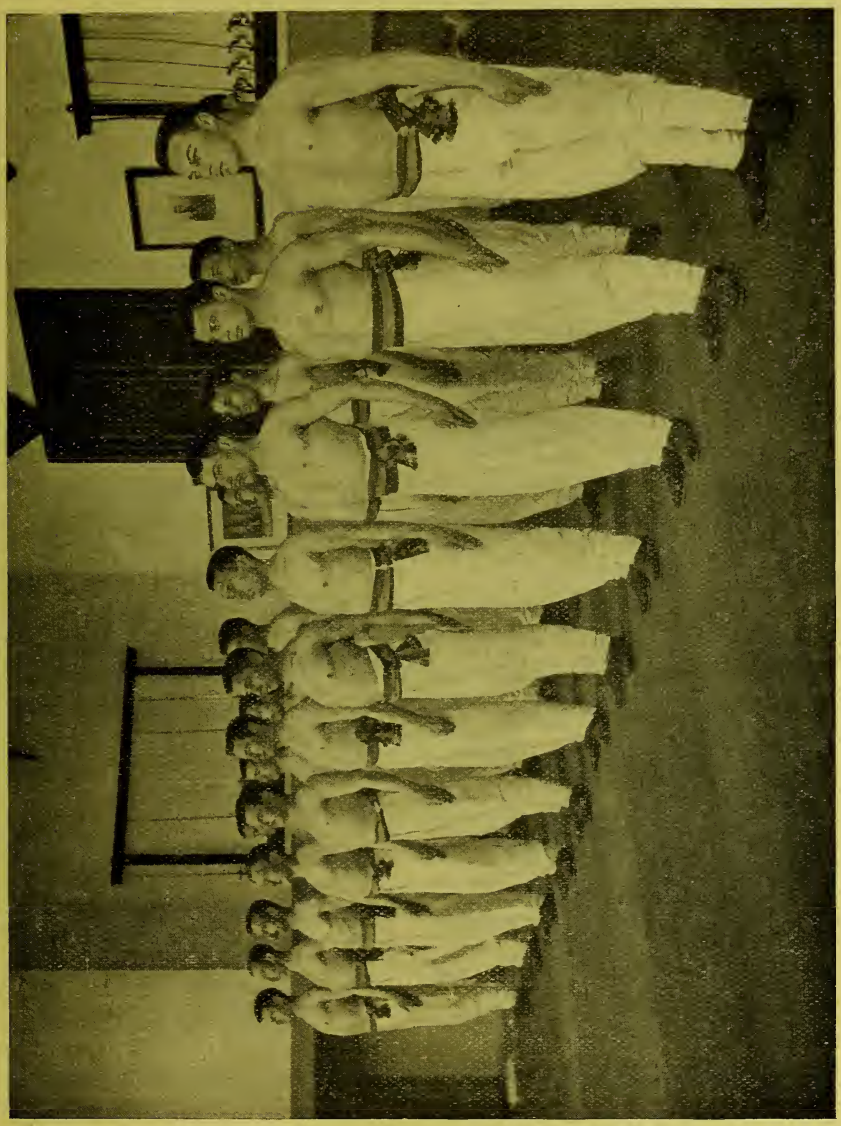
Ecole normale militaire de Gymnastique et d'Escrime.
ANNÉE SCOLAIRE 1902-03.



[Section] d'expérimentation entraînée par la méthode empirique belge
(Extrait de « *L'Education physique en Suède* » par le Major Lefébure, Bruxelles).

Ecole normale militaire de Gymnastique et d'Escrime.

ANNÉE SCOLAIRE 1902-03



Section d'expérimentation entraînée par la méthode éducative suédoise.
(Extrait de « *L'Education physique en Suède* » par le Major Lefébure, Bruxelles).

du thoracomètre et celui de la colonne vertébrale (antéro-postérieur et latéral) au rachigraphe.

Toutes ces observations sont renseignées sur une fiche spéciale. Elles sont ensuite réunies sur un tableau général donnant les *moyennes* des mensurations par division d'élèves s'exerçant ensemble. Ces mensurations ont lieu tous les deux ans.

Tous ces documents peuvent être consultés à l'Exposition internationale, Palais de la Ville de Bruxelles, où l'école expose les résultats, contrôlés scientifiquement, de son enseignement gymnastique.

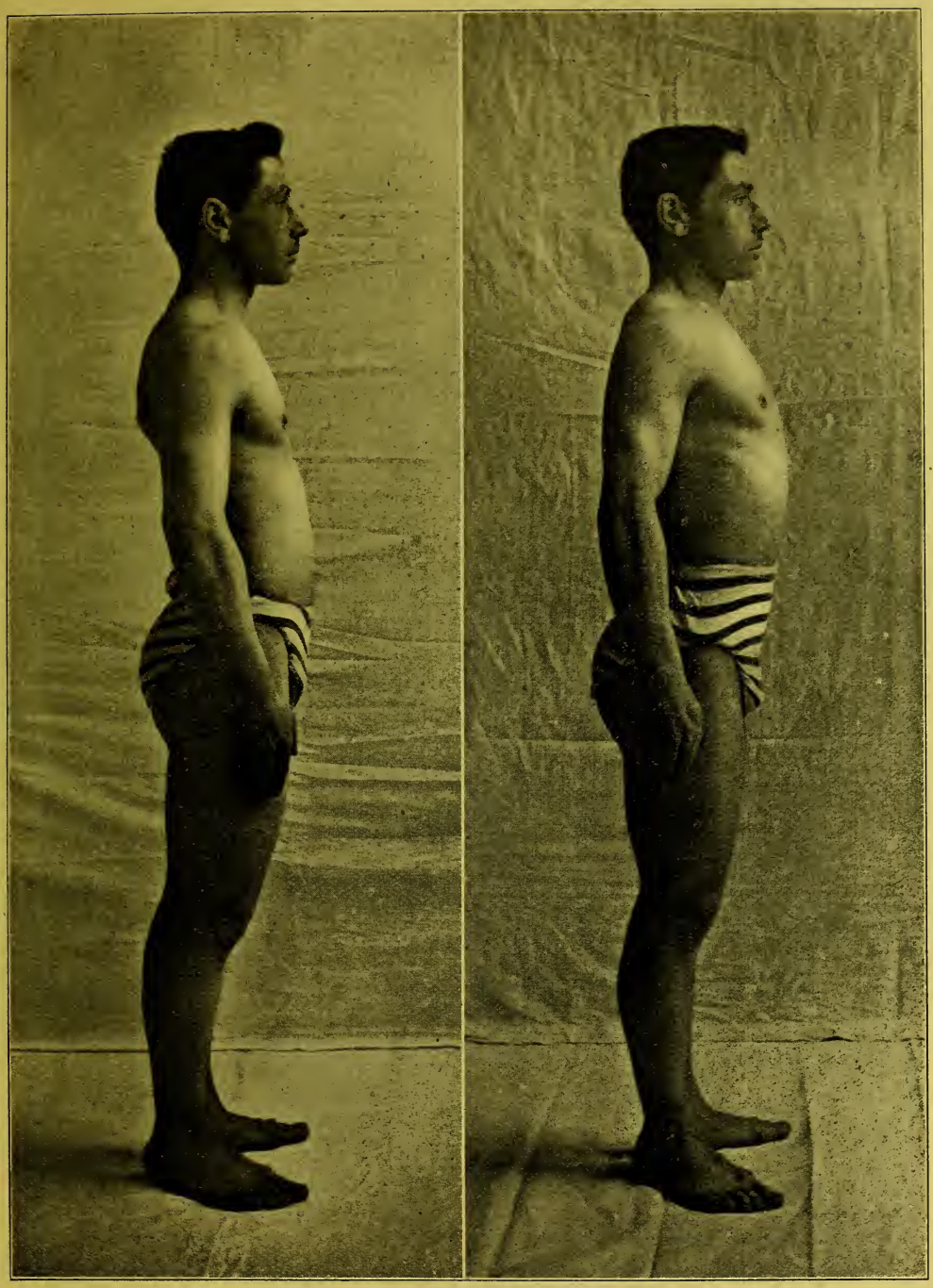
Je me tiens à la disposition de MM. les Congressistes pour leur montrer les différents systèmes d'instruments dont nous disposons et pour leur en exposer le maniement.

M. Fontoura da Costa, délégué du gouvernement portugais et préfet du Lycée « Passos Manuel », de Lisbonne, prend la parole et donne d'intéressants renseignements sur l'éducation physique au Portugal. Il s'occupe surtout de l'éducation physique dans les lycées, nous montrant combien cette branche de l'Education est développée dans ces établissements.

Au Portugal, on ne s'est pas borné à prescrire toute une série de mesures tendant à établir d'une manière régulière et bien comprise l'enseignement de la gymnastique suédoise dans les lycées, on a encore et surtout rendu l'éducation physique obligatoire tant pour les garçons que pour les jeunes filles. (Remarquons que sur ce point le Portugal est une des nations qui marchent en avant ; son exemple est d'une importance capitale).

En général, chacune des sept années d'études du Lycée a trois heures de gymnastique par semaine en dehors du jeudi qui doit être consacré à des exercices physiques, tels que jeux scolaires et sportifs, promenades scolaires, etc.

Après cet exposé, l'orateur remet au bureau un exemplaire du bulletin scolaire (Caderno escolar) que les élèves des lycées portugais doivent avoir. Dans ce bulletin, dont le but principal est de maintenir les rapports les plus étroits entre la famille et l'école, on trouve des renseignements complets se rapportant à la vie scolaire de l'élève, tels que les résultats détaillés de l'examen sanitaire (boletin sanitario) auquel sont soumis tous les élèves au commencement de l'année scolaire, des instructions



Transformation d'un sous-officier très robuste, après dix mois d'entraînement, par la méthode éducative (Année scolaire 1906-07).

(Extrait de « *L'Education physique en Suède* » par M. le Major Lefébure).

Edtr, Office de Publicité, Bruxelles 1908.

au sujet des points d'application à donner par les professeurs d'éducation physique, etc.

D'après le règlement, le nombre d'absences (justifiées ou non justifiées) dont peut disposer l'élève pendant l'année est ainsi fixé :

Temps hebdomadaire par cours y compris la gymnast.	1	2	3	4	5
Nombre minimum d'absences pendant l'année	7	13	19	25	31

Toutes ces mesures, dit avec raison l'orateur, vous montrent d'une manière très précise le souci qu'on a, au Portugal, de développer autant que posible l'éducation physique afin d'augmenter l'énergie et la volonté du citoyen, conditions indispensables pour le bien de la Patrie et même de l'Humanité.

M. Sluys (Bruxelles). — Ces mensurations nécessitent plusieurs appareils qui sont ici à la disposition des congressistes. Je me permets de vous conseiller aussi une visite au pavillon de la ville de Bruxelles, à l'Exposition. Vous y verrez des documents ayant trait aux mensurations anthropométriques : ce sont des graphiques montrant l'état physique des élèves au début de l'enseignement et périodiquement jusqu'à l'examen de sortie. Des graphiques hautement significatifs sont aussi exposés au Stand de l'Ecole normale militaire de gymnastique et d'escrime. Le Congrès visitera utilement ces deux expositions.

M. le lieutenant *Delfosse* (Bruxelles). — La discussion a quelque peu dévié. Dans le rapport de M. le capitaine Grade il ne s'agit pas de mensurations anthropométriques, mais bien de la mesure des effets d'un exercice déterminé.

Je pourrais rendre compte des mensurations que nous faisons à l'Ecole normale de Gymnastique et d'Escrime de l'armée. Seulement, les renseignements que je fournirais seraient sensiblement les mêmes que ceux donnés par M. De Genst.

M. De Genst (Bruxelles) signale les expériences faites par O. Petersen, en Norwège, sur la fréquence des pulsations pendant les exercices dérivatifs des jambes. Leur résultat a été publié dans la revue gymnastique suédoise (Tidskrift i Gymnastik, Stockholm).

M. le Dr Masay (Bruxelles). — Les expériences du capitaine Grade ont le grand avantage d'être très simples. On pourrait

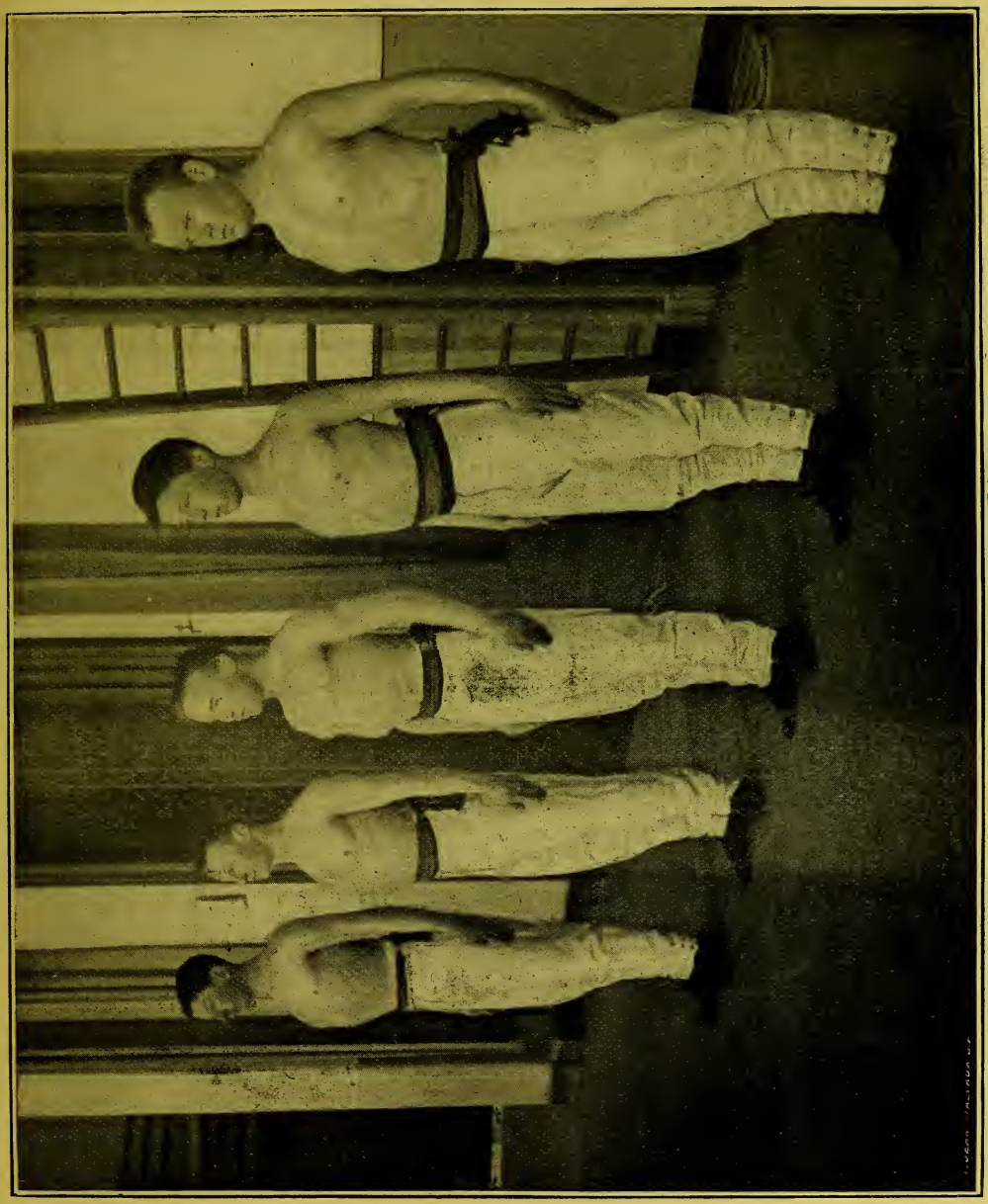
Ecole normale militaire de Gymnastique et d'Escrime.

Sous-officiers élèves photographiés avant l'application de la méthode suédoise, le 1er octobre 1904.

Voir tableau des mensurations.

(Extrait de « *L'Education physique en Suède* », par le Major Lefébure, Bruxelles)

Ecole normale militaire de Gymnastique et d'Escrime.



Les mêmes sous-officiers élèves photographiés dans des conditions identiques, après sept mois d'entraînement par la méthode suédoise, le 1er mai 1905.
Voir tableau des mensurations.
(Extrait de « *L'Education physique en Suède* », par le Major Lefébure, Bruxelles).

même initier les élèves les plus intelligents à prendre le pouls de leurs camarades. On en arriverait par le fait même à des données portant sur un grand nombre d'individus.

M. Sluys (Bruxelles) reprend les différentes idées émises par M. le Dr Masay et fait ressortir la nécessité de mesurer l'effet des exercices.

M. Sandberg émet le vœu de voir faire dans un *laboratoire de physiologie appliquée au mouvement appartenant à une institution centrale*, dans chaque pays : 1° des expériences simples, pouvant être conduites par l'instituteur ; 2° des expériences plus compliquées nécessitant l'intervention de spécialistes et avec l'aide des appareils modernes de physiologie (sphygmographe, sphygmomanomètre, pletysmographe, l'ergographe, les appareils de radiographie (Röntgen) (Actinoscopie).

Le vœu suivant est adopté :

« Le Congrès émet le vœu de voir organiser : 1° Dans de grands laboratoires, des expériences précises pour mesurer les effets immédiats et lointains produits sur toutes les grandes fonctions vitales par les exercices de gymnastique. 2° Dans toutes les écoles, les expériences simples préconisées par le capitaine Grade, dans son rapport, et qui permettent de mesurer les effets produits par certains exercices sur la fréquence du pouls. »

ÉCOLE NORMALE DE GYMNASTIQUE ET D'ESCRIME
DE L'ARMÉE BELGE.

ANNÉE SCOLAIRE 1904-1905

Directeur : M. le Commandant LEFÉBURE.

TABLEAU DES MENSURATIONS CORPORELLES

se rapportant aux figures ci-contre, représentant les documents photographiques de cinq sous-officiers élèves pris respectivement lors de leur arrivée et après six mois d'enseignement de la gymnastique éducative.

NUMÉRO D'ORDRE	NOMS (1)	RÉGIMENT	AGE	POIDS			TAILLE			DIAMÈTRE ANTÉRO POSTÉRIEUR							DIAMÈTRE TRANSVERSAL							PÉRIMÈTRE THORACIQUE							VOLUME PULMONAIRE EN LITRE			OBSERVATIONS
										Entrée le 1er Octobre 1904			1er Avril 1905				Entrée le 1er Octobre 1904			1er Avril 1905				Entrée le 1er Octobre 1904			1er Avril 1905							
				Entrée le 1er Oct. 1904	1er Avril 1905	Différence	Entrée le 1er Oct. 1904	1er Avril 1905	Différence	Inspiration	Expiration	Différence	Inspiration	Expiration	Différence	Différence en mm.	Inspiration	Expiration	Différence	Inspiration	Expiration	Différence	Différence en mm.	Inspiration	Expiration	Différence	Inspiration	Expiration	Différence	Différence en mm.	Entrée le 1er Oct. 1904	1er Avril 1905	Différence	
1	H . . . d . .	5e de ligne . .	24 ans, 3 mois	61.000	64.300	+ 3.300	1.615	1.625	+ 0.010	20.50	18.25	2.25	22.—	19.50	2.50	+0.25	24.50	22.50	2.—	27.—	25.—	2.—	0.00	90.50	86.50	40	91.—	85.—	60	+20	3.40	3.60	+0.20	Etudiant. De 15 à 18 ans, natation journalière en été. A fait de l'escrime et de la gymnastique au régiment (1).
2	de M	génie	18 ans, 8 mois	51.000	54.800	+ 3.800	1.675	1.680	+ 0.005	18.—	16.—	2.—	18.50	16.—	2.50	+0.50	25.50	24.—	1.50	28.—	25.—	3.—	+1.50	84.—	78.—	60	88.—	80.—	80	+20	3.13	3.55	+0.42	Ecolier jusque 16 ans. A fait de l'escrime et de la gymnastique à l'armée, mais aucun exercice physique avant son arrivée à l'armée.
3	L . . . n . .	6e de ligne . .	18 ans, 5 mois	56.300	60.000	+ 3.700	1.630	1.637	+ 0.007	19.50	16.50	3.—	21.50	18.—	3.50	+0.50	25.50	24.75	0.75	28.75	26.—	2.75	+2.—	86.—	80.—	60	91.—	84.—	70	+10	3.15	3.56	+0.41	Pupille de l'armée de 10 1/2 à 16 ans. A fait de l'escrime et de la gymnastique au régiment.
4	V . . . . . e.	3e chass. à pied.	20 ans, 4 mois	57.600	59.200	+ 1.600	1.605	1.620	+ 0.015	21.—	16.75	4.25	22.—	17.50	4.50	+0.25	26.—	24.—	2.—	27.—	24.50	2.50	+0.50	89.50	80.50	90	89.75	80.—	97.5	+7.5	4.35	4.45	+0.10	Boucher jusque 17 ans, 4 heures de bicyclette par jour pendant 2 ans, gymnastique pendant 1 an 1/2 vers 14 ans et de l'escrime au régiment.
5	T . . . s . .	2e lanciers . .	18 ans, 5 mois	62.400	64.000	+ 2.400	1.680	1.695	+ 0.015	21.—	18.50	2.50	22.—	19.—	3.—	+0.50	19.75	18.25	1.50	26.—	23.—	3.—	+1.50	87.50	80.—	75	90.—	81.50	85	+10	3.34	3.87	+0.53	Foolball de 10 à 13 ans. Pupille de 13 à 15 ans. Equitation ; ni escrime, ni gymnastique.
		Moyennes . .	20 ans, 6 jours			+ 2 k. 960			+ 10 m/m 4							+ 4 m/m							+ 11 m/m							+ 27 m/m			+ 33 cl. 2	(1) La gymnastique effectuée avant l'entrée à l'Ecole Normale est celle de l'ancien règlement et des écoles civiles combinée avec la méthode Happel, dite belge.

(1) Les élèves sont placés sur les documents photographiques, de la droite à la gauche et dans l'ordre de leur numéro.

N. B. Les trois sous-officiers, qui se trouvent au premier plan, n'ont été admis exceptionnellement à l'Ecole normale que pour servir de sujet d'expérience, afin de mesurer l'efficacité de la méthode éducative de gymnastique. Régulièrement, ces candidats auraient dû être refusés à l'entrée pour insuffisance de développement corporel.

Discours de M. le Lieutenant VAN BLIJENBURGH

(LA HAYE)

Depuis quelque temps, je m'efforce autant que possible de faire connaître en Hollande les grands avantages de la gymnastique scientifique. Inutile de vous dire que presque partout je trouve une très forte résistance, notamment de la part des instructeurs de gymnastique, qui ne connaissent pas ou ne comprennent pas les principes de Ling. Ainsi, quelques-uns d'entre eux font appel, pour défendre leur système, à des discours et aux vœux des Congrès d'Education physique organisés à Bruxelles, Liége, Mons. D'autre part, les adversaires de la méthode suédoise prétendent aussi qu'il est bien possible qu'il existe une autre méthode, n'ayant pas les mêmes principes, mais qui soit bonne tout de même... Inutile de vous dire que je considère cette opinion comme une erreur, et c'est pourquoi, Mesdames et Messieurs, je formule devant cette section la question suivante :

Estimez-vous qu'il est possible qu'une méthode de gymnastique,

Dans laquelle on ne fait pas la différence fondamentale entre la gymnastique de développement et la gymnastique d'application ;

Dans laquelle les exercices sont groupés suivant l'appareil employé pour leur exécution ;

Dans laquelle on ne tient pas rigoureusement compte de la fonction naturelle des organes ;

Dans laquelle on ne cherche pas la localisation des mouvements, afin de pouvoir donner un appui fixe aux muscles qui travaillent et de pouvoir se rendre compte du travail produit ;

Dans laquelle les exercices tiennent compte de la *possibilité* de l'exécution *plutôt* que de leur *utilité physiologique* ;

Dans laquelle on ne connaît pas les exercices dérivatifs, comme on les applique logiquement dans la gymnastique suédoise ;

Dans laquelle il est impossible de solliciter de chaque organe, de chaque groupe musculaire une activité en proportion de son importance et la quantité de travail nécessaire pour cet organe en vue du développement harmonieux du corps entier ;

Dans laquelle on n'admet pas les exercices respiratoires ;

Dans laquelle on juge les exercices d'après leur forme exté-

rieure et non d'après l'influence physiologique et la cause physiologique des mouvements ou des attitudes, etc...

Estimez-vous, dis-je, qu'il est possible qu'une telle méthode de gymnastique puisse jamais donner des résultats favorables au point de vue de la formation du corps ?

Je vous fais remarquer que ce que je viens de dire, c'est mon opinion personnelle ; ce n'est donc pas comme délégué du Gouvernement néerlandais que j'ai parlé.

M. A. Sluys (Bruxelles). — M. Van Blijenburgh ne doit pas s'étonner de l'état d'esprit qu'il rencontre en Néerlande. Cela tient à ce que la gymnastique a été d'abord introduite dans les Pays-Bas par les disciples de JAHN. Parmi ceux-ci, je rappelle Euler, que j'ai personnellement connu, qui fut mon premier professeur de gymnastique et qui était un gymnasiarque remarquable et un bon pédagogue. Il a enseigné dans les Pays-Bas, dans les écoles normales, les écoles primaires, les sociétés ; de plus, des sociétés de gymnastique ont été fondées par des Allemands qui y ont introduit le système Gutsmuths-Jahn-Spiess. Or, ce système a tous les défauts signalés dans l'exposé de M. Van Blijenburgh, qui entreprend dans son pays la réforme poursuivie dans le nôtre et dans d'autres où pendant longtemps les méthodes empiriques allemandes et françaises (école d'Amoros) furent appliquées. Une réforme, quelque fondée qu'elle soit, ne remplace jamais brusquement une autre, qui a pour elle une longue tradition ; la plupart des professeurs restent inféodés à leurs pratiques routinières et ne savent plus juger objectivement les réformes proposées ; ils résistent automatiquement au progrès, parce qu'ils ne le comprennent pas. C'est un phénomène psychologique connu. Le système scientifique se substituera au système empirique, mais par étapes, et il faudra mener dans les Pays-Bas une campagne énergique de propagande, comme on le fait en Belgique, en France et ailleurs, pour vaincre les routines établies et faire la lumière sur les principes et les applications. Il faut féliciter M. Van Blijenburgh de l'effort qu'il fait en ce sens dans son pays.

La réponse à la question formulée par M. Van Blijenburgh ne peut donc être que négative.

M. De Genst (Bruxelles). — L'évolution dont vient de parler

M. Sluys se fait notamment sentir en Belgique, dans les sociétés de gymnastique, dont nous avons ici un délégué, M. Devaleriola. Je me permets d'attirer l'attention de l'assemblée sur la signification qu'il convient de donner à sa présence parmi nous et je prie M. Devaleriola, président de la Société de gymnastique « La Fraternelle », de Bruxelles, de refaire ici publiquement les déclarations qu'il m'a esquissées et que je crois d'une importance particulière.

M. Van Blijenburgh (La Haye). — Je remercie vivement M. le président pour la réponse très appréciée qu'il a bien voulu me donner. Seulement, pour avoir les preuves que c'est aussi l'opinion de tous les présents et non pas seulement l'opinion personnelle de M. Sluys, je me permets de prier M. le président de bien vouloir soumettre ma question au vote de l'assemblée.

Le président soumet la question au vote et propose que la réponse soit *non*.

Cette proposition est adoptée à l'unanimité.

M. Devaleriola (Bruxelles). — C'est donc à la demande de M. De Genst, l'éminent président de la L. N. de l'E. P., que je prends la parole et aussi après avoir entendu M. Sluys dans ses commentaires au sujet de la question présentée par M. le lieutenant Van Blijenburgh.

Je me hâte de me placer sous ce patronage sympathique pour faire excuser la grande liberté que je prends d'abuser de vos instants.

M. De Genst croit qu'il est utile d'attirer votre attention sur la signification à donner à la présence d'un délégué d'une société de la Fédération belge de gymnastique parmi vous, membres du personnel enseignant et représentants de l'armée, partisans convaincus, pour la plupart, d'un système de gymnastique qui n'est pas celui pratiqué dans les sociétés en question.

Pendant longtemps, on a pu, avec raison, je le reconnais, considérer certaines sociétés de gymnastique comme des centres de conservation de méthodes surannées, empiriques. De là reste la mauvaise impression qui se traduit généralement par l'affirmation — je n'invente pas, je répète — que nous sommes des paillasses, des ignorants, des entêtés, refusant de reconnaître l'évidence.

Eh bien, Mesdames, Messieurs, si cela a pu être vrai pour ce

qui concerne le passé, cela ne correspond plus à la réalité présente et cela sera complètement inexact pour ce qui concerne l'avenir, si nous pouvons réaliser nos intentions.

Ma participation à vos travaux, durant ces trois journées désormais inoubliables dans ma vie de gymnaste, en est d'ailleurs la preuve. Et si, aujourd'hui, je suis seul, je n'en représente pas moins une collectivité importante de personnalités qui pensent comme moi, et aux congrès qui suivront nous serons de plus en plus nombreux, j'en ai la conviction profonde.

Mais, de même qu'il faut déplorer, sous tous les rapports, qu'il ait pu exister une école comme nous la dépeignait d'une manière si pittoresque l'honorable M. Sluys, dans son allocution au cours de la séance d'ouverture du congrès, de même il faut regretter que l'enseignement de la gymnastique ait pu être, pendant de longues années, aussi mal orienté dans les sociétés de gymnastique. Cependant, il ne viendra à l'idée de nul d'entre vous de dire qu il eût mieux valu pas d'école de l'espèce. Par voie de conséquence logique, vous ne direz donc certainement pas : plutôt pas de gymnastique qu'une gymnastique comme celle enseignée dans ces sociétés. Car, en général, du mouvement vaut mieux que pas de mouvement du tout.

Reconnaissez que les sociétés de gymnastique ont, à une époque déterminée, accompli sur les bases existantes une œuvre nécessaire, un travail utile. Et si, à présent que, pour elles, les temps héroïques sont révolus, parce que nos idées, les vôtres, ont fait du chemin ; si avec un passé comme celui qui forme leur glorieuse histoire, les sociétés de gymnastique continuent leur œuvre, c'est qu'elles en connaissent la portée et c'est surtout pour la perfectionner. Car, tout comme l'école d'antan, la société de gymnastique évolue et je puis vous affirmer qu'un grand nombre d'entre elles suivent une voie qui est bien celle du progrès, si vous admettez que prendre le bon et le beau, d'où qu'ils viennent, est l'indice certain d'une marche en avant, consciente et sûre.

Je me permettrai de vous citer un nouvel exemple à l'appui de ce que j'avance. Lorsque l'on vit se compléter le matériel des gymnases communaux, à Bruxelles, par quelques-uns des engins en usage dans le système de Ling, les gymnastes considérèrent ces espaliers, ces bommes, ces cadres comme une vague menace

pesant sur leur enseignement. Petit à petit, on s'accoutuma à voir ces appareils étranges ; on osa un jour y toucher et finir par demander, à ceux qu'on supposait pouvoir le faire, la démonstration de quelques exercices spéciaux à ces appareils. Et cela a suffi.

Je ne dirai pas que, dans ces sociétés privilégiées, on pratique à ces engins des exercices selon le système suédois pur, ni que ces sociétés sont ralliées aux idées que vous défendez. Mais (et ici je vais certainement m'attirer les foudres des bonzes de la Fédération des sociétés), la vérité m'oblige à dire, chose curieuse, que par goût personnel et par raisonnement, beaucoup de gymnastes éduqués selon le système belge s'exercent, tant bien que mal, à ces engins pendant les moments laissés au travail individuel.

D'autre part, la société que je préside a décidé de créer, à bref délai, un cours de gymnastique éducative pour demoiselles et dames. Et, en présence de la situation qui lui est faite par le manque de professeurs féminins capables de donner ce cours, il a été décidé de s'adresser à une diplômée de la Ligue.

Eh bien, Mesdames et Messieurs, laissez-moi croire que vous voudrez compléter votre œuvre en n'abandonnant pas les sociétés disposées à mieux faire que ce qu'elles ont pu faire. Laissez-moi espérer que vous vous tournerez vers elles et leur apporterez le concours de votre compétence. Mais laissez-moi surtout vous demander de ne pas vouloir brusquer les choses et les gens — les gens sont plus susceptibles que les choses ; — de mettre beaucoup de tact dans vos relations avec les sociétés ; de rechercher ces relations ; d'apprendre à connaître les hommes dévoués qui les conduisent. Et, puisque vous croyez être la Science, donc la force, soyez aussi et toujours la Raison. Si vous estimez que, de notre côté, il y a parfois exagération, soyez plus raisonnables que nous et prouvez-le nous.

Autorisez-nous à suivre vos cours, comme dans le passé et actuellement encore nous vous avons admis et admettons aux nôtres ; multipliez les démonstrations et assistez également aux nôtres ; ne discutez plus qu'avec ceux qui auront le calme et la compétence voulus pour le faire ; si vous trouvez du bon chez nous, prenez-le et nous ferons de même pour ce qui vous con-

cerne. Vous ferez ainsi une œuvre féconde en résultats, pour le plus grand bien de la cause que nous défendons tous ici et qui peut se résumer ou se définir en ces quelques mots : il n'y a pas d'éducation intégrale possible sans éducation physique.

Pour donner une conclusion pratique à ce que je viens de vous dire, je vous prierai de vouloir bien adopter le vœu suivant :

« Le Congrès est convaincu que l'œuvre entreprise par les » sociétés de gymnastique doit être encouragée par tous les » moyens possibles, et qu'il y a intérêt, au point de vue de » l'avancement général de l'éducation physique, scientifique, à » faciliter aux dirigeants de ces sociétés l'acquisition des connais- » sances indispensables pour que les cours puissent y être donnés » selon les exigences de la science moderne. »

En suite de ce que M. le lieutenant Van Blijenburgh vous a exposé, je crois devoir ajouter encore que les cas qu'il vise ne sont, certes, pas ceux de notre méthode belge de gymnastique ; nous possédons des engins, non pas pour y effectuer une série d'exercices donnés, mais pour nous aider à y effectuer des séries d'exercices à but connu et bien déterminé ; nous n'ignorons rien de la gymnastique respiratoire, des exercices déconges-tionnants et dérivatifs et notre méthode forme un cycle complet.

Et j'insiste encore sur les résultats que pourrait donner une action parallèle et décisive de la part des organismes que nous représentons, si, pour ce faire, nous parvenions à mettre d'accord les bonnes volontés qui existent de part et d'autre et qui ne demandent d'ailleurs qu'à s'entendre, non pas pour pouvoir dire un jour : notre système a englobé le vôtre, mais uniquement : nous avons enfin trouvé le système qu'il nous fallait.

M. Sluys, président, prend acte des déclarations si intéressantes de M. Devaleriola ; il constate avec satisfaction que des sociétés évoluent dans le sens de la réforme de la méthode scientifique, ce qui doit nous réjouir tous ; il félicite M. Devaleriola pour ses efforts intelligents et pour sa communication ; il met son vœu aux voix.

Le vœu présenté par M. Devaleriola est adopté à l'unanimité.

M. De Genst (Bruxelles) estime que le Congrès pourrait avoir une heureuse répercussion :

1° En jetant les bases fondamentales d'un bureau international d'éducation physique ;

2° En admettant le principe d'une revue internationale d'éducation physique ;

3° En proposant la création d'un musée de tous les documents relatifs à l'éducation physique.

Le vœu suivant est adopté :

« Le Congrès émet le vœu de voir se créer, dans le plus » bref délai, un bureau international d'éducation physique. Ce » bureau ferait connaître ses travaux par une revue internationale » et formerait un musée de tous les documents relatifs à l'édu- » cation physique. »

La Gymnastique suédoise.

Rapport présenté par M. le Professeur L. M. TÖRNGREN

(Institut Central et Royal de gymnastique de Stockholm.)

La gymnastique suédoise remonte à une époque où la Suède venait d'essuyer des revers et souffrait de cruelles calamités ; alors surgit une phalange d'ardents patriotes, épris d'idéal, qui sut, par un énergique effort, relever la nation tout entière et la rendre forte au physique comme au moral.

Parmi eux se trouvait P.-H. Ling, fils d'un humble pasteur de campagne. Obligé dès sa seizième année de gagner sa vie, il passa, en Suède et à l'étranger, par une rude école avant d'obtenir en 1805 un modeste emploi de maître d'armes à l'université de Lund.

Il n'aspira dès lors qu'à donner à la jeunesse qui lui était confiée une instruction physique plus complète que celle qu'on pouvait acquérir par l'escrime seule. Aussi s'appliqua-t-il avec une ardeur infatigable à l'étude sérieuse de l'anatomie et de la physiologie à la faculté de médecine de l'université. Son horizon s'étendit toujours davantage, et son sens inné du mouvement et

des formes, uni à ses nouvelles connaissances scientifiques, lui fit imaginer une foule de mouvements utiles complètement inconnus avant lui. Il s'en servit dans son enseignement pour le développement harmonieux de la jeunesse studieuse en vue de la santé, de la force de résistance et de l'énergie.

En 1813, on chargea Ling de fonder, conformément à ses projets, un établissement pour la formation de professeurs de gymnastique. C'est ainsi que fut créé à Stockholm l'Institut central de gymnastique, qui existe toujours et qui fut dirigé par Ling jusqu'à sa mort en 1839. C'est là qu'on a poursuivi, depuis,

SUÈDE

Ecole primaire. — Leçon de gymnastique donnée en classe.
(Cliché Lefébure).

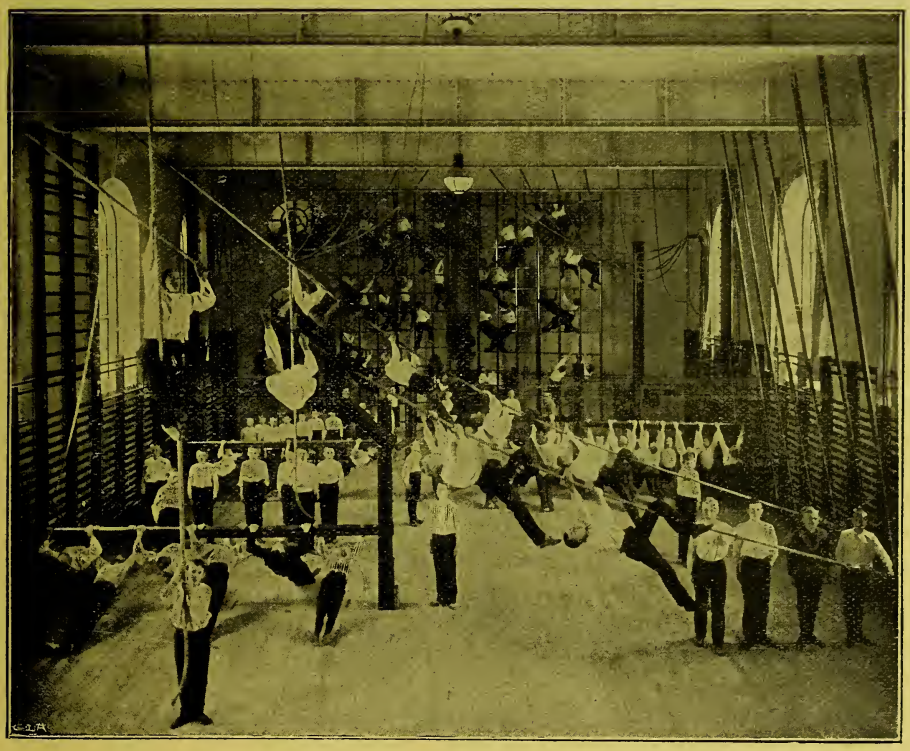
le développement et l'application du système de gymnastique dont Ling avait arrêté le plan. Ce système convient à tout âge et aux deux sexes, sans exclure de ses exercices les sujets faibles ; enfin, des formes d'exercices physiques pour les valides, on est successivement parvenu à tirer des formes d'exercices convenant aux infirmes.

Ling rangea également l'escrime sous les lois de la gymnastique, ce qui contribua à la simplifier et à la rendre plus accessible à tous. Il divisa la gymnastique en quatre branches :

pédagogique, militaire (escrime), médicale et esthétique. Pour la jeunesse, il ajouta une foule d'exercices d'application (natation, etc.) et de jeux populaires. Telle fut l'œuvre patriotique de Ling, œuvre qu'ont pieusement continuée ses successeurs.

La gymnastique suédoise est basée, en ce qui concerne le choix des différents mouvements, sur la constitution normale du corps

SUÈDE



Enseignement moyen. — Leçon de gymnastique.
(Cliché Norstedt och Söner, Stockholm)

humain, ainsi que sur le besoin d'activité de tout organisme vivant. Elle s'attache à découvrir et à suivre l'influence qu'exercent, sur les organes mêmes de la vie, les différents mouvements, de même que la répercussion qui en résulte pour l'appareil locomoteur. Ling annonça déjà de bonne heure comme un but

tout particulièrement important celui d'activer la respiration par le développement des organes intéressés à cette fonction, et il émit, quant à l'influence générale qu'exercent les mouvements gymnastiques, l'opinion que voici : « L'activité des muscles ou l'élasticité du corps est étroitement liée aux vaisseaux et aux

SUÈDE

Institut Central et Royal de gymnastique de Stockholm.
Leçon donnée aux jeunes filles.
(Cliché Norstedt och Söner, Stockholm).

nerfs, d'où il résulte que le développement de ces derniers est proportionné à celui des muscles. » Cette opinion se trouve encore d'accord, de nos jours, avec les récentes découvertes des savants.

Dans sa pensée, le développement des muscles et des articulations devait s'ajouter comme un corollaire aux exercices de

gymnastique, c'est-à-dire résulter à la fois de l'action directe exercée — tout en restant dans les limites d'un effort modéré — sur les organes internes par les différents mouvements, et de la réaction déterminée par ces mêmes organes.

Les observations relatives aux influences diverses qu'exercent les différents mouvements ont donné lieu tout naturellement au classement de ces derniers par groupes ou par genres, parmi lesquels il s'agit de choisir, dans de justes proportions, les mouvements qui doivent former la base des exercices physiques

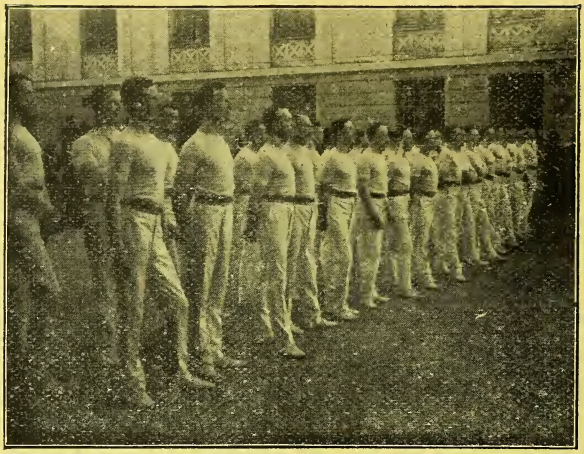
SUÈDE

Institut Central et Royal de gymnastique de Stockholm.
Leçon donnée aux hommes.
(Cliché Lefébure).

de tel ou tel jour. Par l'expression « justes proportions », nous entendons qu'il faut, pour obtenir un effet d'ensemble satisfaisant, que ces mouvements correspondent les uns aux autres quant au degré d'effort qu'ils exigent et suivant l'entraînement plus ou moins complet des élèves.

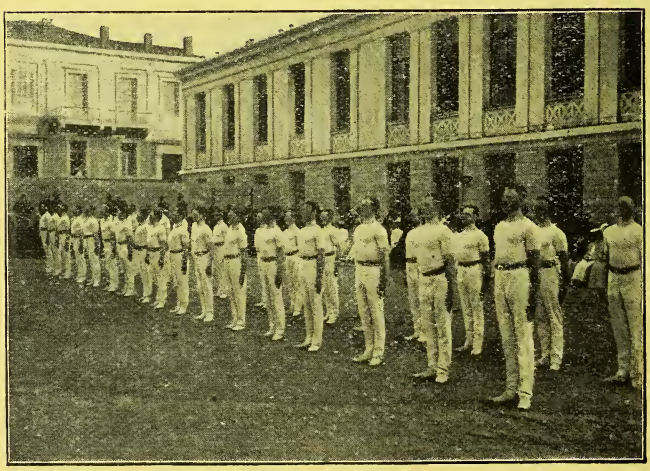
En conséquence, les mouvements de chaque groupe ont été classés de façon à conduire, par gradation, des plus faibles aux plus forts. Grâce à cette circonstance et au temps que demande chaque exercice, il est facile de pourvoir au besoin de mouve-

JEUX OLYMPIQUES D'ATHÈNES



Section suédoise au repos.
(Cliché Lefébure).

JEUX OLYMPIQUES D'ATHÈNES

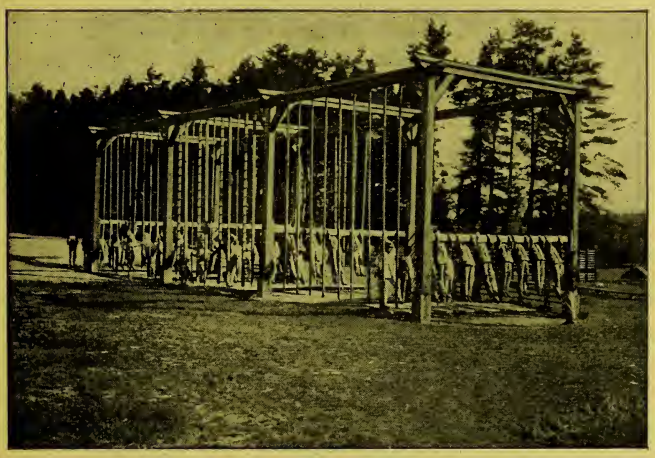


Section suédoise en position fondamentale.
(Cliché Lefébure).

ment au point de vue quantitatif. Au reste, rien n'empêche d'avoir recours à une répétition de certains exercices.

La valeur qualitative de tel ou tel exercice dépend évidemment du degré de perfection apporté à la forme elle-même ; d'un autre côté, plus on observe celle-ci scrupuleusement, plus l'effort sera grand. Il s'ensuit que les éléments qualitatifs et quantitatifs sont dans la plus étroite dépendance l'un de l'autre. Un exercice poussé trop loin quant à sa durée devient encore plus fatigant, si l'on exige en même temps une observation exacte de la forme. — Toutefois, on doit tout d'abord exiger la perfection de la

SUÈDE

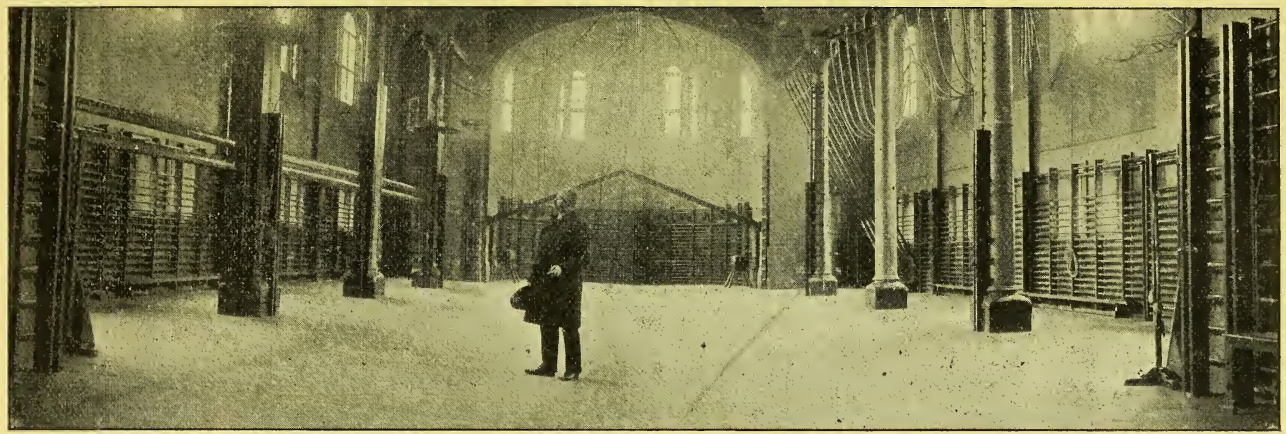


Portique de gymnastique d'un camp militaire.
[Cliché Lefébure].

forme, pour augmenter ensuite, au fur et à mesure que l'entraînement deviendra meilleur, l'effort demandé aux élèves, en consacrant à l'exercice en question un espace de temps plus long. — En règle générale, il vaut mieux choisir un exercice comportant peu d'effort, que d'en choisir un où l'effort est excessif.

La gymnastique dispose de plusieurs moyens pour augmenter ses effets par une précision de plus en plus grande dans l'exécution des différents mouvements qu'elle comporte. On adapte à

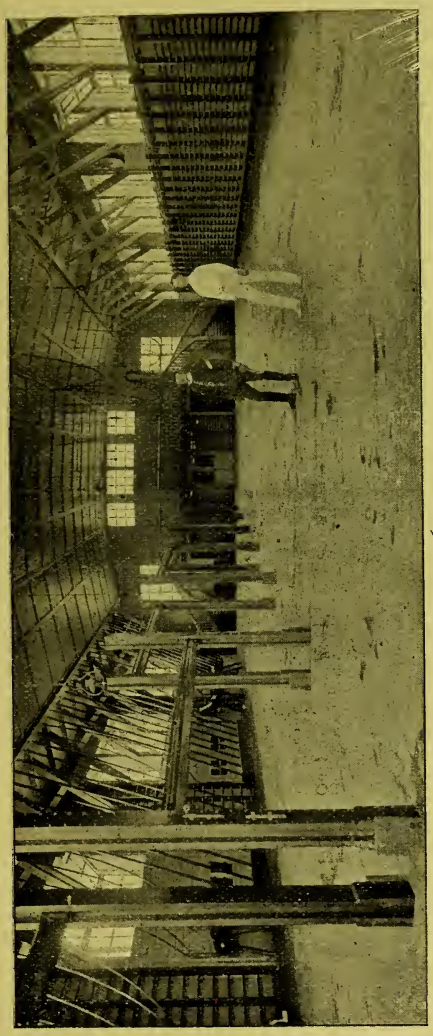
SUÈDE. — **Enseignement moyen.**



Salle de gymnastique du « Norra Latin Läroverket ».
[Extrait de « *l'Education physique en Suède* » par M. Lefébure].

cet effet, aussi exactement que possible, la position même du corps au mouvement qu'il s'agit d'accomplir, ce à quoi on parvient en modifiant la position du corps par rapport aux plans

SUÈDE. — La gymnastique dans l'armée et la flotte.



Salle de la caserne de la Garde royale à cheval.
(Extrait de « *l'Éducation physique en Suède* » par M. Lefébure).

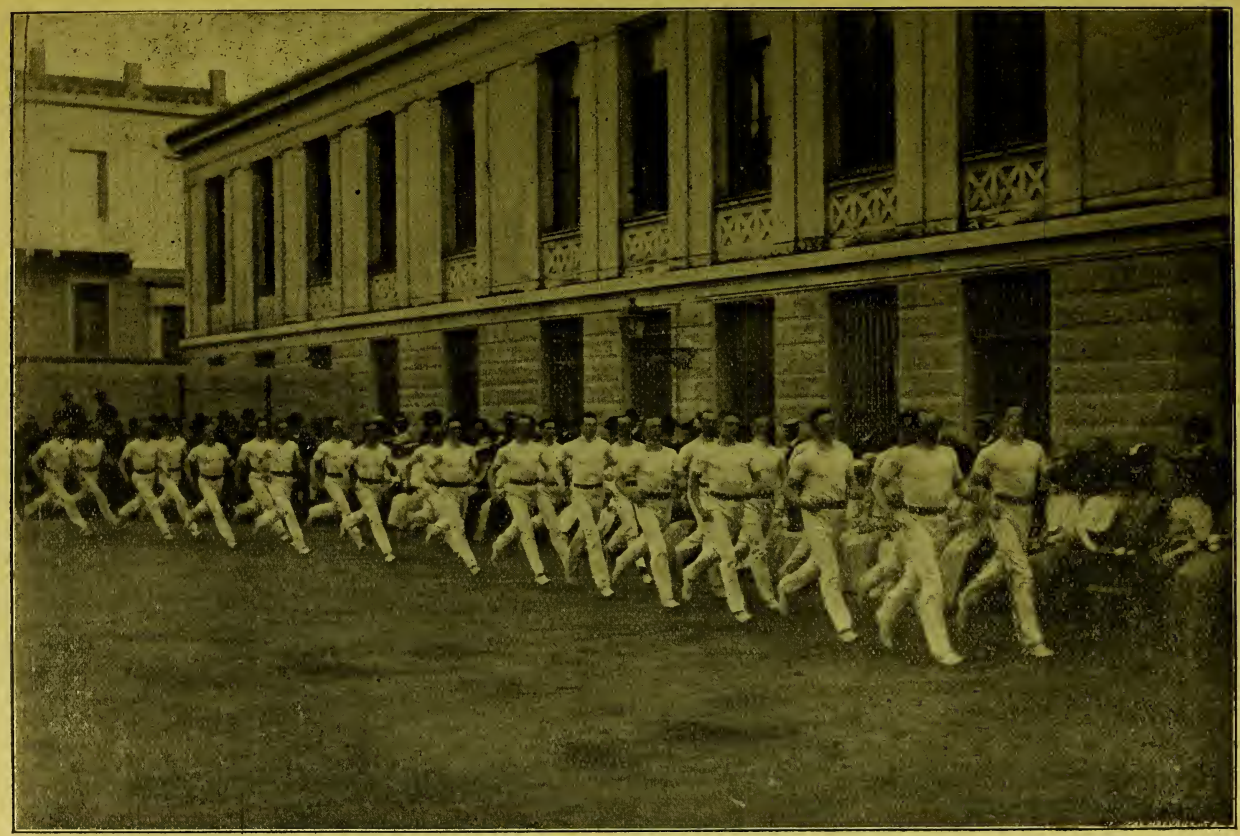
horizontal et vertical, qu'on se serve ou non pour cela d'objets ou d'appareils extérieurs. C'est pourquoi ces appareils doivent être construits d'une façon qui réponde aux formes de mouvement nécessaires au développement du corps humain.

Quant à l'importance des différentes positions, on doit s'attacher surtout à ce que la position prise pour point de départ présente une forme correcte, sinon le mouvement est manqué dès le début. Ensuite, il convient d'exiger que la position finale soit rigoureusement exacte, ce qui assure à la dernière partie du mouvement en question une bonne forme et permet même de redresser successivement ce qu'il y avait de fautif au début.

En vue de gagner le plus d'empire possible sur l'appareil locomoteur, la gymnastique s'applique à déterminer exactement le centre d'action des différents muscles. Cela s'obtient en les isolant. Dans ce but, on procède de telle façon que seule une partie relativement insignifiante des muscles disposés à exécuter tel ou tel mouvement soit chargée de l'exécution, dans un seul sens, du mouvement qu'il s'agit d'accomplir, tandis que le rôle des autres muscles se borne à empêcher d'autres articulations dépendant du groupe de muscles en question d'y participer. Ce genre d'isolement suppose un sens très exercé des mouvements et est relativement difficile ; par contre, cette tâche est plus facile lorsque l'articulation mise à contribution pour un mouvement quelconque ne dépend que de muscles n'exerçant pas simultanément une influence sur d'autres articulations.

Cela constitue, de même que certaines autres circonstances, telles que l'augmentation ou la diminution de la surface d'appui, de la longueur du levier soutenant le muscle ou de celui supportant la charge, un frottement bien calculé, une position initiale correctement choisie, etc., quelques-uns des moyens qu'emploie la gymnastique non seulement pour déterminer le degré de l'effort à faire, mais encore pour localiser l'effort exigé par les différents exercices. En faisant de ces moyens une application correcte, on fait droit à toute exigence raisonnable voulant que les forces disponibles soient convenablement réparties, c'est-à-dire de telle sorte que le moindre effort possible puisse donner le maximum de force utile ou que, lorsqu'un exercice quelconque le demande, une force disponible puisse être immédiatement utilisée.

La faculté dont dispose la gymnastique d'isoler les articulations et les muscles, ainsi que celle de localiser les effets des mouvements, fait ressortir son pouvoir d'agir sur la position



Le pas de course exécuté par les gymnastes suédois.
[Extrait de « *l'Education physique en Suède* » par M. Lefébure].

réciproque des différentes parties du squelette pour provoquer une attitude correcte. C'est ce fait qui constitue la propriété plastique de la gymnastique pédagogique. Elle peut ainsi se transformer en gymnastique esthétique, laquelle suppose le développement harmonieux du corps et vise à l'exercer davantage pour qu'il soit maître de mouvements mesurés, destinés à faire voir la nature intime et supérieure de l'homme dans ses différentes manifestations.

La gymnastique esthétique suppose donc des formes plastiques normales, ce qui revient à dire qu'elle n'est que pour une minorité que la nature ou les circonstances ont privilégiée ; pour tous les autres, elle ne peut être qu'une vaine recherche d'effets de théâtre.

The present position of physical education in England

REPORT PRESENTED BY THE

National League for Physical Education and Improvement

4, Tavistock Square, LONDON. W. C.

In England voluntary effort in respect of most things which affect the well-being of the nation as a rule precedes State effort. Individual philanthropists produce and disseminate ideas as the result of close observation and experiment; voluntary organisations are then formed to promote them; and ultimately the community as a whole, who are not enamoured of new ideas when they first see them, very slowly and gradually appreciate the object lessons which are presented; and at last, when public opinion has been thereby aroused, the State, under the propulsion of deputations and encouraged by favourable reports from Royal Commissions or Parliamentary or Departmental Committees, takes the matter into its own hands and before it is too late provides what is required from the general resources.

The slowness of our movements, however, has its own advantages. We are instructed by the experiments of other communi-

New Royal Naval Gymnasium at Portsmouth.
[Plate of the Physical Training Club].

ties; we refrain from tentative efforts at the public expense; and, though naturally insular, we do not refuse to derive light in the end from other nations, and to adopt systems, the success of which has been previously demonstrated elsewhere.

These national characteristics are illustrated by the present position of physical education and the steps which have led up to it.

1. *As to the children of school age in the elementary schools.* — Our general system of education has for a long period of time depended in the main on voluntary effort, but we are graduating towards a universal State system, and as regards physical training we are developing on right lines. There was a time when voluntary effort alone was concerned with physical culture in State-aided elementary schools and even now there are vacation schools, recreation schools, play centres, children's happy evenings, etc., all dependent on voluntary effort.

But after the passage of the Education Act of 1870, the Government Code included military drill by instructors, in the person of Army sergeants, in the school curriculum.

Twenty years later the autorities grasped the fact that military drill was not the thing so much as physical exercises graded according to the physical development of each scholar and performed under the supervision of the regular school-teachers.

In 1902, however, the Board of Education was still basing its model course of physical training in the main on military methods, with instructors trained in the Army Gymnastic Course.

But the London School Board had all this time been taking a line of its own practically at the instance of such philanthropists as Masters Westlake and miss Davenport Hill. They introduced in 1878 the Swedish system of physical training into the Girls' and Infants' Schools, and imported experts from Stockholm to superintend it; and the important precedent thus set, in the teeth of much opposition at the time, has developed slowly into a general demand on the part of Education Authorities for similar teachers in elementary schools, Scotland having proceeded more rapidly on these lines than England.

In 1904 a model course of physical exercices, more thorough, systematic and complete than any previously in vogue, for all children attending elementary schools, was issued as the result of a report of a Departmental Committee, and at a time when the Governement was closely investigating the question whether

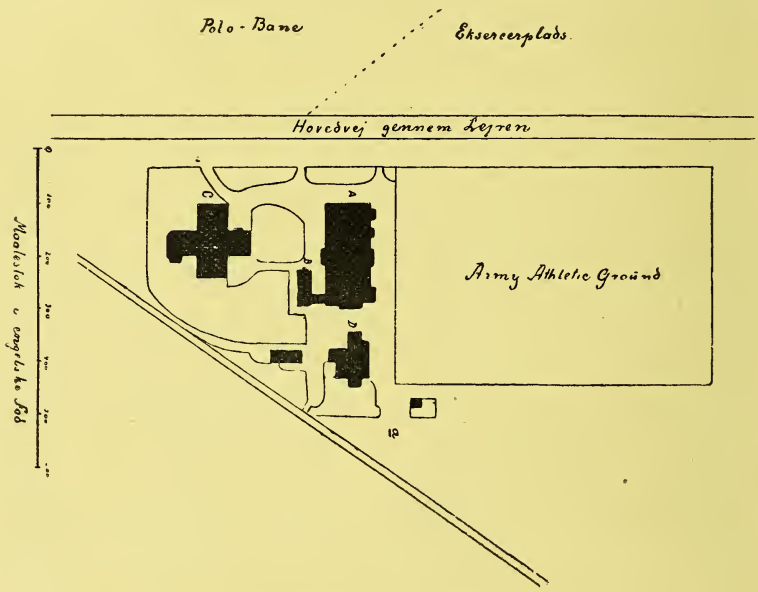
New Royal Naval Gymnasium at Portsmouth.
(Plate of the Physical Training Club).

there was a general tendency towards the physical deterioration of the nation.

These exercises, it was further suggested, should when possible be conducted in the open air, and when not so conducted, then in special rooms, the ordinary class-rooms to be well ventilated during interval.

The new syllabus, though not purporting to be derived from the Swedish system, was in fact mainly based on it. In 1909 it

ANGLETERRE



Plan de l'Ecole de gymnastique d'Aldershot.

A. — Salle de gymnastique, vestiaires, bureau.
B. — Petite salle de gymnastique.
C. — Bassin de natation.
D. — Réfectoire.

was replaced by another syllabus, which is franqly the Swedish system and nothing else. The supervision and inspection of this training was placed in the hands of the Medical Department of the Board of Education — the product of the State system of medical inspection of school children established by the Education (Administrative Provisions) Act 1907 after long agita-

tion on the part of philanthropic agencies. This Department proceeded fortwith to appoint as inspectors men and women trained in the Swedish system and expected, as the result of their two years course at the Training Colleges, to be versed in theory as well as in practice and so to be capable of intelligently applying the results of medical inspection to the task of the physical development of each pupil according to its physical capacities and needs.

2. *As to lads and girls who have emerged from the elementary schools into the world of industry.* — The physical welfare of

ANGLETERRE. — **La gymnastique dans l'armée.**

Les bâtiments à l'Ecole d'Aldershot.
(Extrait du « *Gymnastisk Aarsskrift* » Copenhagen).

this class has all along been sadly neglected by the State, which after expending vast sums on elementary education has failed to provide a satisfactory system of secondary education and after-care. In this sphere voluntary effort, in the shape of Clubs, Institutes, Brigades, Cadet Corps, etc., has for a long time been devoted and has succeeded in covering a tiny part of the ground, hampered by lack of funds, scarcity of personal service, lack of systemetatised coordination and unassisted by the State. The volunteers, however, have done much service to the State in acqui-

ring a close acquaintance with the conditions of the lives and the needs of the members of this class. County Councils have also in recent years supplemented these efforts. The interests of the community cry aloud for the curtailment of the hours of work of these lads and girls and for legal provisions requiring their attendance at physical development as well as at trade classes. Public opinion is moving slowly towards this policy, and the most important event which has happened lately in the direction of informing and stimulating the community to make general provision for this consists in the recommendations contained in the Reports of the Departmental Committee on Physical Deterioration (1904) and of the Royal Commission on the Poor Laws (1909). In the latter it is recommended (Minority Report) that :

a) The employment of youths under 15 years of age as wage earners be forbidden;

b) The employment of youths under 18 years of age as wage-earners for more than 30 hours per week be forbidden; and that they be obliged to attend suitable Institutes giving physical training as well as technical education for 30 hours per week.

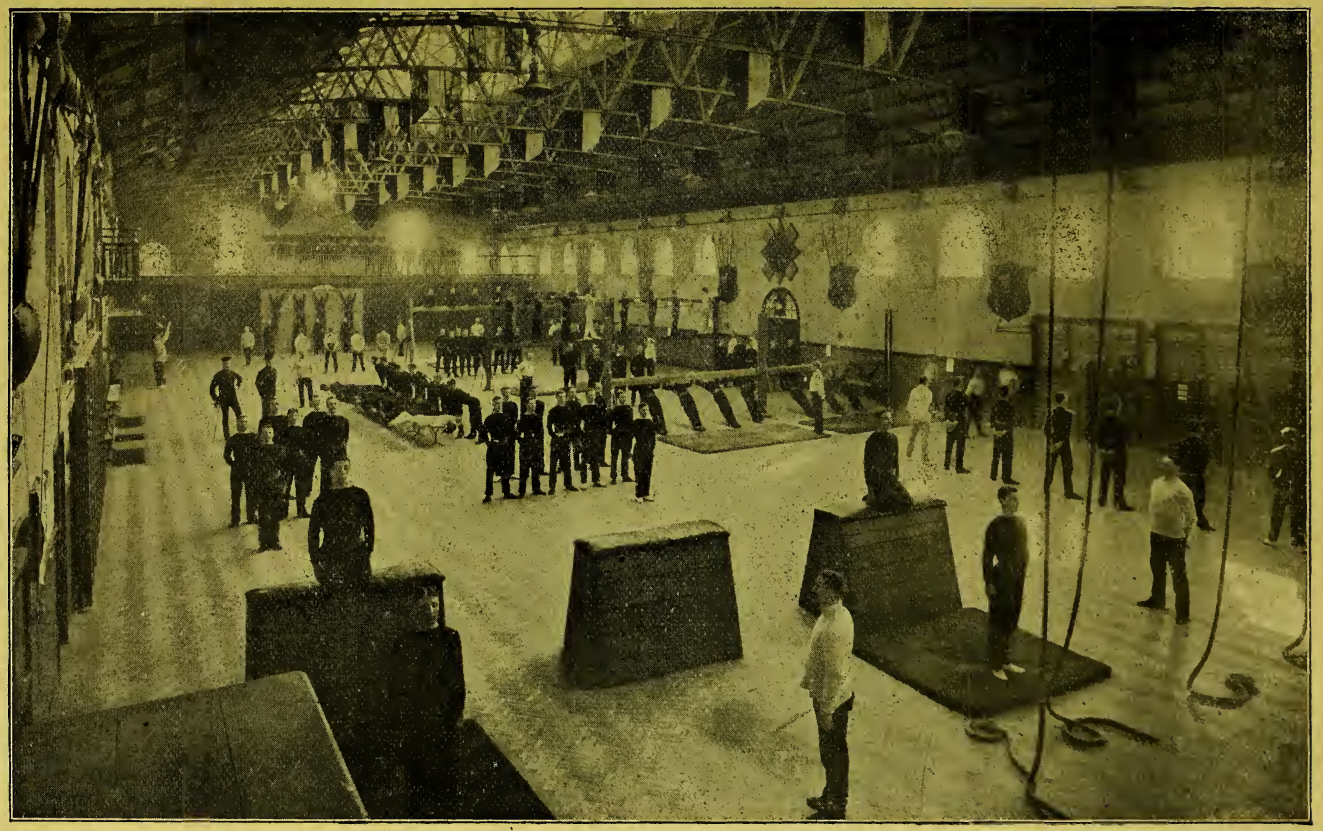
The recommendations of the Majority Report are on the same lines though they do not quite so far.

The provision so far supplied from voluntary sources for physical development has been for the most part based on the Cerman and British systems. The instructors have come from anywhere and everywhere; and the last thing that has been inquired about is as to what knowledge they have of anatomy or physiology or the constitutional condition of, and the consequent suitability of this or that form of exercise for, each individual pupil. The importation, however, of experts from Sweden (referred to above, page 3) has produced great results in creating a demand for a supply of instructors with the requisite qualifications. One of these experts was instrumental in starting in 1885 a college in London for the training of women teachers in Swedish gymnastics. Other colleges for the same purpose have subsequently been founded in other parts of the country.

It is in the instruction of male teachers that we are most backward. To cure this defect voluntary effort has for some time been directed.

The National League for Physical Education and Improvement appointed in 1906 a Committee to consider the best means

ANGLETERRE. — La gymnastique dans l'armée.



Intérieur de la salle de gymnastique de l'Ecole d'Aldershot.
(Extrait der « *Gymnastisk Aarsskrift* » Copenhagen).

of extending the work of physical education and of providing a sufficient number of well-trained and well-qualified instructors. This Committee, after collecting a mass of information as to the number and character of training institutions in the country, the examining and certificating bodies which do not train, and the condition of physical education in foreign countries, made in 1909 the following (among other) recommendations :

1. That physical education should be compulsory in all schools, subject to the conditions of sections 2 and 3;

3. That medical inspection and report should be compulsory as a preliminary to pedagogical gymnastics and at intervals thereafter; the report to make special reference to the condition of eyes, ears, teeth, lungs and heart, and the attention of education authorities is to be drawn upon the value of an authorised form to be supplied to the medical officer. A special report should also be made on the return of a pupil after severe illness. That a Local Education Authority does not adequately carry out its duties in regard to medical inspection, unless provision is made for this.

3. That there should be regular (if possible, daily) pedagogical gymnastics at the schools · the number of lessons, the duration of each, and the nature of the exercises, to be adapted to the age and physical condition of the child, the time so allotted not to curtail the play hours, games being an important part of physical education.

4. That in all secondary and intermediate schools specially trained gymnastic specialists should be appointed. In elementary schools, where the physical education is necessarily carried out by ordinary school-teachers, such teachers should possess a qualification in physical training.

5. The studies of gymnastic specialist should embrace anatomy, physiology, hygiene, mechanics an pedagogics.

6. The studies of gymnastic specialist should be carried out on the general lines of the Swedish system, with such modifications as are necessitated by the different conditions of school life in this country : recognition to be made of various grades of qualifications, and corresponding differences in the course of study required.

7. For the present, certificates of officiency as teachers will have to be granted or approved by a central body, whether or

not in the future these powers can be delegated to Universities or other local bodies.

8. The Committee welcomes the sylllabus recently put forth and recommended by the Board of Education for the development of physical education in elementary schools, and respectfully suggests that a further syllabus *mutatis mutandis* be extended to the secondary schools of the kingdom.

9. Pending the establishment of a Central Institute for the training of teachers, it appears highly desirable that excep-

ANGLETERRE

Bassin de natation militaire.
(Extrait des « *Gymnastish Aarsskrift* » Copenhagen).

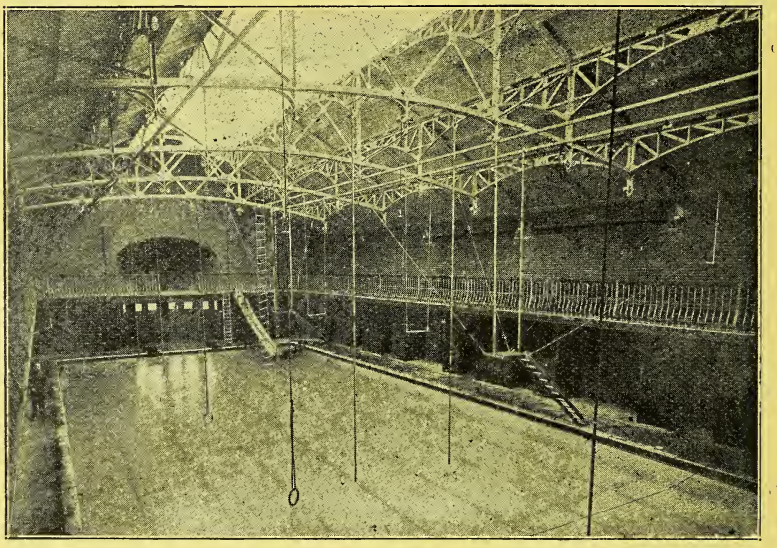
tional means should be adopted for the training of existing teachers on the lines indicated in the foregoing recommendations of the Joint Committee. It is urged that Summer Courses of instruction offer excellent opportunities for such training, and the attention of education authorities is drawn to their value.

10. The Committee feels strongly the importance of inculcating the teaching of civics in the educational system, and in particular recommends the institution, outside the school curri-

culum, of scouting, rifle clubs, and other expedients for training the young in the defence of their country.

3. *As to the schools for the sons of the wealthier classes.* — Physical training has always accupied a prominent position in these schools, which also, as is well known, have been the pioneers in the establishment of manly and healthful forms of physical recreation throughout the country. But it is only recently that the authorities of any of the schools which we call the Public Schools have come to grasp the need of physical

ANGLETERRE



Intérieur du bassin de natation militaire.
(Extrait der « *Gymnastisk Aarsskrift* » Copenhapen).

training under the superintendence of one or more of the regular teaching staff :

a) Occupying the same status as the other masters;

b) Trained in the Swedish system;

c) Charged to adapt the physical exercises to the various physical standards of the boys;

Eton and Clifton Colleges have been the first of our Public Schools to grasp these requirements in combination.

4. *As to the Military and Naval Services.* — A system of phy-

sical training for recruits in the Army with a school for gymnastic instructors was established at Aldershot in 1861. This system continued until 1907 and was marked by the deficiencies of exploded systems and in particular by the absence of the requirement of knowledge on the part of instructors of anatomy and physiology. It was superseded in that year in favour of the Swedish system as the result of a report of a Committee of investigation appointed by the Army Council.

Meanwhile the Naval authorities had established the Swedish system for general application throughout that Service, after a careful and thorough examination of other and rival systems.

This action on the part of the Services has produced an important effect upon public opinion as to the lines on which the physical training of the civilian element in the male community shall in future be conducted

RAPPORT PRÉSENTÉ PAR LA

National League for Physical Education and Improvement

L'ETAT ACTUEL DE L'EDUCATION PHYSIQUE EN ANGLETERRE

(Résumé du rapport précédent)

En Angleterre, l'initiative privée s occupe des questions d'intérêt public avant l'Etat. Finalement ce dernier s'enquiert de ce qui est demandé.

Cette lenteur a cependant ses avantages : nous ne refusons pas la lumière venant d'ailleurs et adoptons les systèmes qui ont donné leurs preuves dans d'autres pays.

Cela est démontré par l'état actuel de l'éducation physique en Angleterre.

1. *Enfants des écoles élémentaires.*

Jadis seule l'initiative privée s'occupait de la culture physique dans ces écoles : nos écoles de vacances, nos écoles de récréation, nos plaines de jeux, nos soirées enfantines, etc., dépendent encore maintenant des efforts privés.

Mais à la suite de l'Education Act de 1870 des sergents de l'armée furent chargés de préparation militaire dans le monde scolaire.

Vingt ans après, les autorités conclurent à l'inefficacité de cette mesure.

Cependant en 1902 encore le cours modèle de préparation physique du Board of Education était dirigé par l'armée.

Entre-temps cependant le School Board de Londres, sur les insistances de philanthropes comme M. Westlake et miss Davenport Hill, introduisit (en 1878) la méthode suédoise dans les Girls' and Infants' Schools. Bientôt la demande pour instructeurs en cette méthode devint générale.

En 1904, un cours normal d'exercices physiques pour les enfants des écoles élémentaires fut créé à l'époque où le gouvernement procéda à une enquête concernant la dégénérescence physique de la nation.

Le nouveau syllabus était basé en fait sur le système de Ling. Les cours étaient dirigés et inspectés par la section médicale du Board of Education.

2. *Garçons et filles ayant quitté les écoles élémentaires pour entrer dans l'industrie.*

Les intérêts physiques de cette classe d'enfants furent négligés longtemps. L'initiative privée (clubs, instituts, corps de cadets, etc.) réussit cependant à combler quelque peu cette lacune. La limitation des heures de travail de ces enfants et l'organisation de classes d'éducation physique furent réclamées.

Cette éducation fut basée sur les systèmes allemand et anglais; on s'inquiéta peu des connaissances anatomiques ou physiologiques des instructeurs. L'arrivée de spécialistes suédois (voir plus haut) fit sentir la nécessité de suivre une meilleure voie. En 1885, un cours fut créé à Londres pour préparer des professeurs féminins de gymnastique suédoise. D'autres cours semblables furent ouverts ultérieurement dans le pays

Il nous manquait surtout des professeurs masculins capables. L'initiative privée s'est occupée de la question.

La National League for Physical Education and Improvement nomma, en 1906, un comité pour l'étude des meilleurs moyens pour répandre l'éducation physique et préparer un nombre suffisant de professeurs capables. Ce comité, après de longs travaux, arriva, entre autres, aux conclusions suivantes :

La plaine des jeux d'Aldershot. — Finale du tournoi militaire de football.
[Extrait der « *Gymnastisk Aarsskrift* » Copenhagen].

a) L'éducation physique dans toutes les écoles sera obligatoirement soumise aux conditions *b* et *e*.

b) L'inspection et les rapports médicaux périodiques seront obligatoirement les bases de la gymnastique pédagogique.

c) Les leçons de gymnastique pédagogique seront données régulièrement (si possible tous les jours) dans les écoles et adaptées à l'âge et à la constitution des enfants.

d) A toutes les écoles secondaires et intermédiaires seront attachés des spécialistes en gymnastique. Les instituteurs des écoles élémentaires devront posséder un certificat de préparation physique.

e) Les études des spécialistes en gymnastique seront basées sur les principes généraux du système suédois.

f) Ces études comprendront l'anatomie, la physiologie, l'hygiène, le mécanisme et la pédagogie du mouvement.

g) Les certificats de capacité seront délivrés actuellement par un corps central, plus tard par des universités ou autres corps.

h) Il est nécessaire que le syllabus pour écoles élémentaires du Board of Education soit étendu à l'usage des écoles secondaires.

i) Nécessité d'établir un Institut central pour former des professeurs ; en attendant : préparation par des cours d'été.

j) Le comité insiste sur l'importance de l'éducation civique, spécialement sur l'institution, en dehors de l'école, de clubs de tir, d'éclaireurs, etc., pour préparer la jeunesse à la défense du sol.

3. *Ecoles pour enfants des classes aisées*

Dans ces écoles l'éducation physique a toujours occupé une place importante. Mais ce n'est que depuis peu que quelques-unes de ces écoles, que nous appelons « écoles publiques », ont senti la nécessité de faire donner l'éducation physique par des professeurs réguliers, préparés à la méthode suédoise et chargés d'adapter les exercices à l'organisme des enfants.

Les collèges d'Eton et de Clifton sont entrés dans cette voie.

4. *Services de l'armée et de la marine.*

Une école pour professeurs de gymnastique fut établie, en 1861, à Aldershot. Les instructeurs manquèrent de connaissances scientifiques. En 1907, à la suite d'un rapport du comité d'investigation nommé par le Army Council, le système suédois fut introduit.

Entretemps les autorités de la marine avaient également adopté ce système, après avoir soigneusement étudié les méthodes rivales.

Ces décisions ont eu une bien grande influence sur l'opinion publique concernant la conduite à suivre dans l'éducation physique

(Résumé par J. DEMAEGHT.)

L'Education Physique au Danemark.

Rapport présenté par M. K. A. KNUDSEN.

Inspecteur de la gymnastique au Danemark.

Peu de temps après que GUTSMUTHS eut édité, à Schnepfenthal, en 1793, son livre *Gymnastik für die Jugend*, qui eut une si grande influence sur la gymnastique moderne, le Danois FRANTZ NACHTEGALL, étudiant en théologie, enthousiasmé par

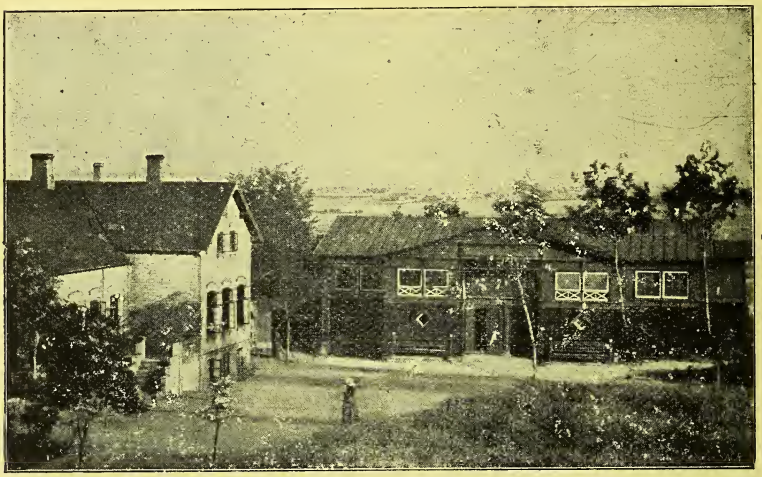
DANEMARK. — Ville de Copenhague.

La gymnastique à l'école. — Locaux d'antan (1878).
Entrée (X) de la cour des récréations dans la salle de gymnastique.
(Cliché de la Gymnastisk Selskab.)

cet ouvrage, s'efforça d'introduire la gymnastique au Danemark, d'abord dans les sociétés, ensuite dans les écoles et dans l'armée. Dès 1804 fut instituée l'« Ecole de gymnastique de l'armée » ; la nouvelle loi scolaire de 1814 rendit la gymnastique obligatoire dans les écoles de garçons du pays entier. Dans la préface de la deuxième édition de son ouvrage, GUTSMUTHS dit qu'au point de vue des exercices physiques, le Danemark devançait tous les autres pays de l'Europe.

Ce début, plein de promesses, n'eut cependant pas la suite qu'on en attendait. La situation économique du Danemark, très

DANEMARK



Nouveaux locaux de l'Ecole supérieure de Vallekilde.
(Cliché de la Gymnastisk Selskab).

critique de 1813 à 1830, ne permit aucune innovation quelque peu coûteuse. Il fallut attendre des temps meilleurs pour que la gymnastique fût prise en sérieuse considération dans les écoles et notamment dans les établissements où l'on formait les instituteurs. Vers la fin de son règne, « le roi militaire » Frédéric VI engagea Nachtegall à quitter l'enseignement et à entrer à l'armée. Nachtegall n'eut pas de peine à démontrer l'importance de la gymnastique pour les soldats. Bientôt les exercices physiques furent pratiqués à l'armée ; des sous-officiers, spécialement formés, furent chargés des leçons de gymnastique dans les régi-

ments ; on les désigna même comme professeurs dans les écoles. Mais ainsi se répandit dans le peuple l'idée que la gymnastique était une branche convenant exclusivement aux soldats et ne présentant aucune utilité pour l'éducation et le développement de la jeunesse en général.

On doit cependant constater que le premier pas était fait ; la science gymnastique était plantée dans la terre danoise, elle y avait pris bonne racine et était assez robuste pour en jeter de nouvelles quand le moment serait venu.

Et ce moment vint la guerre malheureuse contre la Prusse et l'Autriche, en 1864. Le peuple danois se ressaisit

DANEMARK

Salle de gymnastique de l'Ecole communale de Frederikshavn.
(Cliché de la Gymnastisk Selskab).

après ces revers. Les exercices corporels devinrent un des moyens de relèvement. Non seulement des ordres vinrent du Gouvernement, mais le peuple lui-même s'intéressa à la question. Des sociétés nationales, appelées « sociétés de tir », dont le but était d'éveiller parmi la jeunesse l'esprit de défense et par suite le patriotisme, se formèrent en grand nombre, notamment à la campagne ; elles introduisirent bientôt dans leur programme les exercices physiques à côté du tir.

La gymnastique pratiquée dans les « sociétés de tir » pendant les vingt premières années (1865-1884) était celle de Gutsmuths, appropriée par Nachtegall et augmentée de quelques exercices de gymnastique allemande. Une grande importance y fut attachée aux exercices compliqués et difficiles ; aussi, seuls, les individus physiquement bien formés purent s'y intéresser et participer au travail. Les gymnastes étaient trop peu nombreux pour que la gymnastique pût devenir le moyen d'éducation *populaire* qu'on avait espéré. C'est pourquoi les dirigeants des

DANEMARK

Ville d'Aarhus. — Bâtiments et installations gymnastiques.
[Cliché de la Gymnastisk Selskab.]

« sociétés de tir » commencèrent à se préoccuper de rechercher une autre gymnastique. Vers 1884, la gymnastique de Ling se répandit en Suède. A la même époque, elle commença à s'introduire dans les « sociétés de tir » du Danemark. Elle fit son chemin avec une rapidité étonnante et se manifesta comme une force qui entraîna la masse. De la lutte qui s'engagea entre les partisans de l'ancienne gymnastique et ceux du système de Ling il résulta cette opinion générale que la gymnastique, au Danemark, y compris celle des écoles, avait besoin d'être modifiée.

Le Gouvernement institua une commission composée des sommités des deux systèmes de gymnastique. Après de longues et nombreuses discussions, souvent très âpres, le système de Ling avec ses principes et ses exercices, auxquels on ajouta une partie des exercices de l'ancienne gymnastique, fut adopté par la commission. Celle-ci couronna son œuvre par la publication d'un *Manuel de gymnastique* (1899). Il est intéressant de constater que pendant les luttes qui précédèrent le travail de la commission,

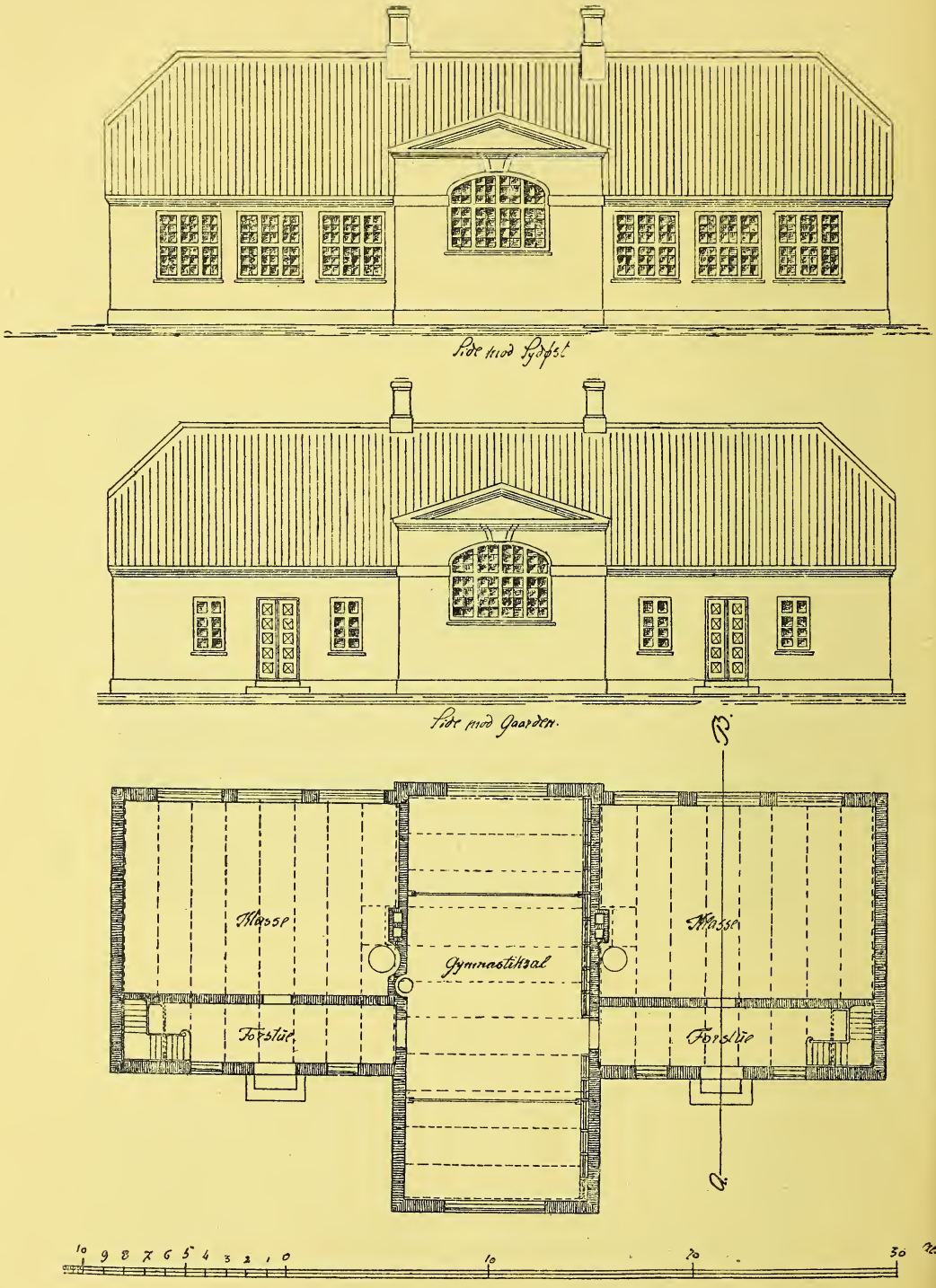
DANEMARK

Ville d'Aarhus. — Salle de gymnastique de l'Ecole communale de Frederiksberg.

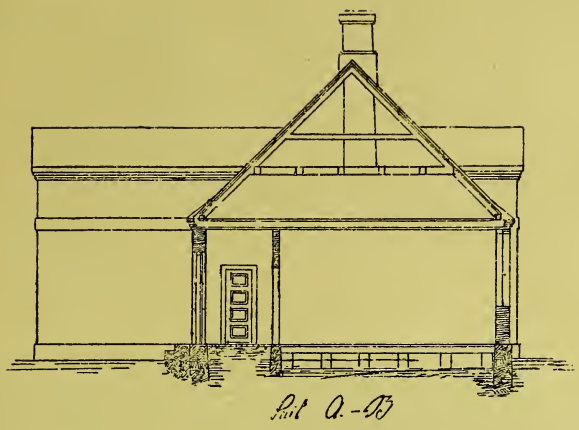
[Extrait du « *Gymnastisk Aarskrift* », Copenhague.]

alors qu'on discutait des généralités, les deux parties ne parvenaient pas à s'entendre ; dès que, au sein de la commission, on s'attacha à comparer les deux systèmes dans leurs détails, la supériorité des principes et des exercices de Ling fut reconnue par tous ses anciens adversaires. L'usage du *Manuel de gymnastique* de 1899 fut bientôt autorisé dans les écoles. La gymnastique de Ling étant pratiquée dans les « sociétés de tir », celles-ci

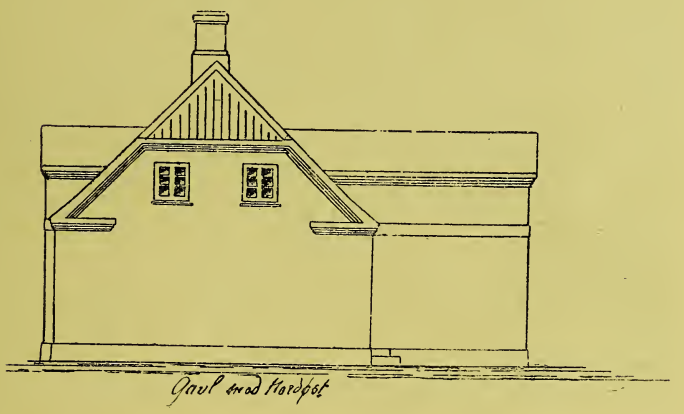
DANEMARK



Plans d'installations pour écoles rurales.
(Extrait du « *Gymnastisk Aarsskrift* », Copenhague).



Coupe A.-B.



Pignon Nord-Est.

aidèrent à la propager d'abord dans les écoles, ensuite dans les sociétés libres.

L'Etat réalisa ensuite un grand progrès pédagogique en organisant le « Cours de gymnastique », qui fut extraordinairement bien fréquenté par les instituteurs. De 1889 à 1908, 2,886 instituteurs et 1,546 institutrices ont suivi les cours sommaires de la nouvelle gymnastique. Comme la participation à ces cours est complètement facultative et qu'elle coûte aux participants du temps et de l'argent, on peut juger de l'intérêt que cette gymnastique a provoqué dans les écoles danoises.

Une excellente preuve de l'extension prise par la gymnastique de Ling dans les sociétés libres est donnée par ce fait que les sociétés de tir, dont le nombre de membres était d'environ 30,000 en 1893, comptaient à cette époque 7,200 gymnastes adultes et 1,200 jeunes gymnastes. En 1908 elles comptèrent, comme gymnastes, 19,200 jeunes gens, 5,500 garçons et 8,400 jeunes filles, pendant que le nombre de tireurs restait d'environ 30,000. Ces gymnastes appartiennent presque tous à la population agricole du Danemark, comptant environ un million d'âmes.

Alors que les écoles urbaines possèdent au Danemark des

DANEMARK

Ecole et plaine de jeux de Frederikshavn.
(Cliché danois)

salles de gymnastique pour l'enseignement de cette branche, la plupart des écoles rurales se servent forcément d'une cour ouverte, pourvue d'appareils de gymnastique. Mais dans ces cours notre climat empêche de donner la gymnastique pendant tout le semestre d'hiver et bien souvent en été. Pour que la gymnastique occupe à l'école la place importante à laquelle elle a droit, il faut que l'on construise dans les villages comme dans les villes des salles de gymnastique. Pour permettre aux communes d'édifier celles-ci, le Riksdag décida en 1907 que

l'Etat interviendrait, par voie de subsides et pour moitié, dans la construction des gymnases.

En 1909, une même mesure a été prise pour l'établissement de plaines de jeux, tant à la campagne que dans les villes.

Depuis 1907, il a été construit dans les écoles rurales environ 230 gymnases, coûtant un million et quart de couronnes, soit 1,736,000 francs. Chaque gymnase coûte donc en moyenne 5,000 couronnes, soit 7,000 francs. On ne peut naturellement

DANEMARK

Sports d'hiver. — Le patinage.
(Cliché de M le Prof. C. C. Jessen.)

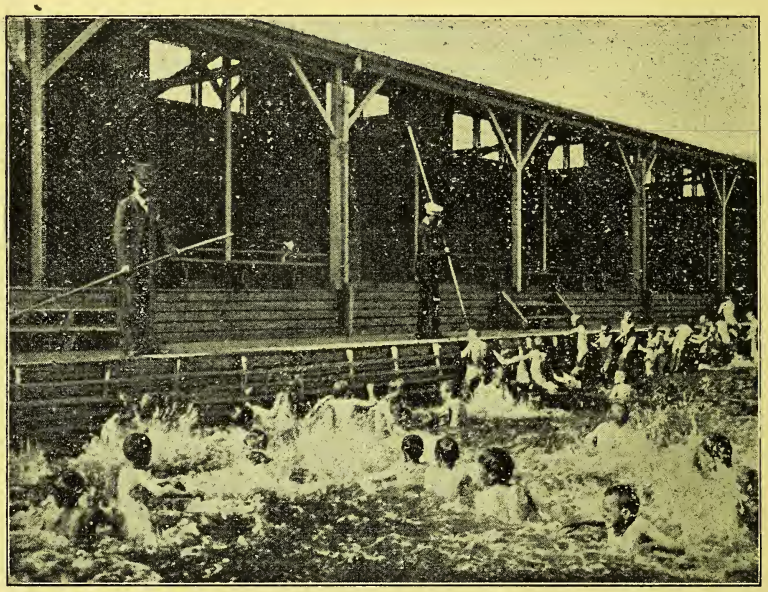
bâtir que de petits gymnases pour cette somme (environ 18 m. sur 8 m. 50 de superficie), mais au Danemark les écoles rurales sont également peu peuplées ; la plupart comptent de 35 à 100 élèves seulement.

Ces chiffres montrent que le gouvernement danois et les communes s'efforcent de réaliser les conditions *matérielles* indispensables pour donner à la jeunesse une bonne éducation physique. Nombre d'écoles déjà sont pourvues de plaines de jeux

bien unies, ornées d'arbres et entourées de haies vives, au milieu desquelles s'élève un gymnase bien conditionné, parfaitement entretenu et muni d'appareils modernes.

Mais, au-dessus de ces conditions matérielles, il y en a une autre plus importante et plus souhaitable encore. C'est d'avoir des professeurs compétents : voilà qui est plus difficile que de construire des gymnases et des plaines de jeux ! Il faudra du temps avant que le corps enseignant, qui jusqu'ici est toujours

DANEMARK



Enseignement de la natation à Copenhague.
(Extrait du « *Gymnastisk Aarsskrift* »).

resté étranger à l'éducation physique rationnelle, se familiarise avec celle-ci et fournisse suffisamment d'instituteurs capables et convaincus.

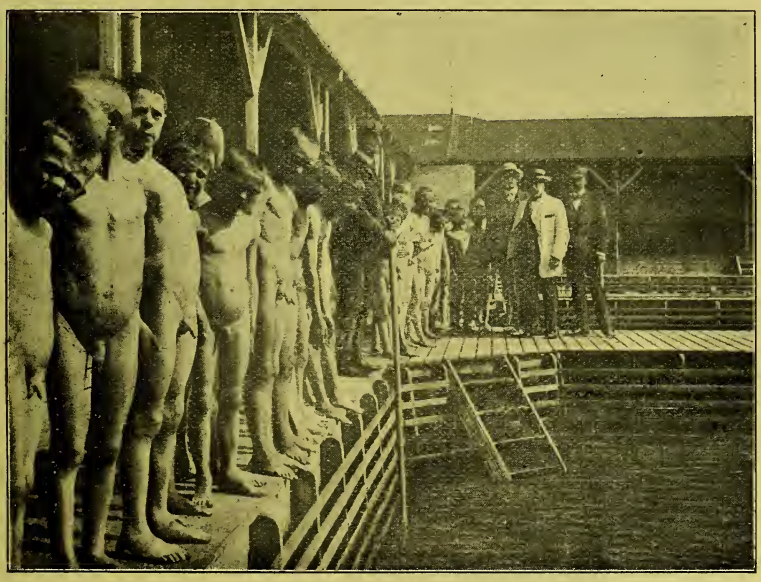
L'enseignement pratique est insuffisant pour former en très peu de temps de bons professeurs de gymnastique. Il doit être complété par un enseignement scientifique.

En un mot, l'éducation physique dans les écoles manque de tradition. Pour créer cette tradition, le corps enseignant doit

tout d'abord acquérir l'expérience, par un travail attentif et raisonné de longue durée, éclairé par les données de la science ; l'éducation physique des enfants ne doit pas avoir pour lui plus de secrets que leur éducation intellectuelle. Aussi longtemps que ces conditions *pédagogiques* n'auront pas été réalisées, l'éducation physique ne jouira pas de tous ses droits à l'école et ne donnera pas non plus les résultats qu'elle peut et doit produire.

Partant de l'idée qu'il s'agit, en premier lieu, de mettre les instituteurs au courant et de les intéresser, le Gouvernement a

DANEMARK

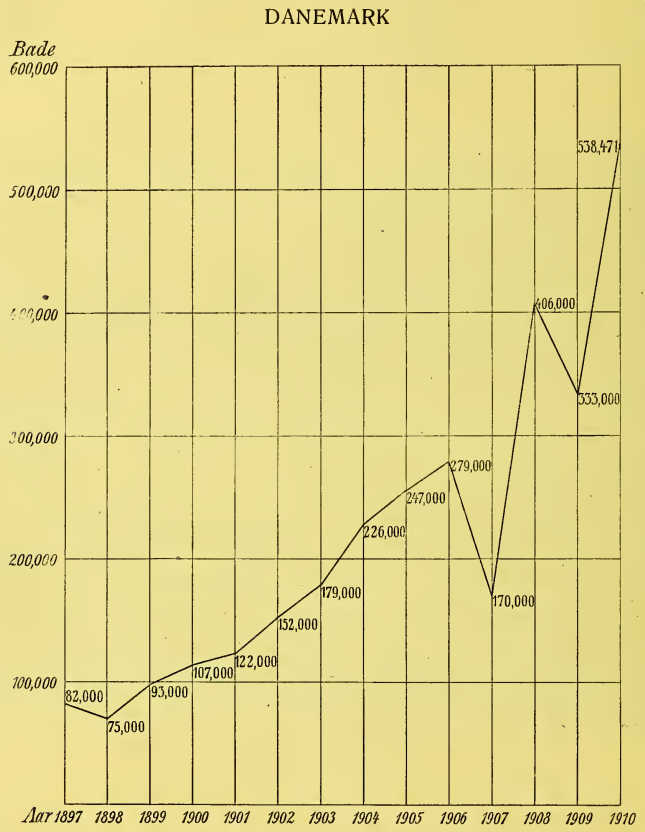


Le bain scolaire.
(Cliché danois).

adjoint en 1907 à l'Inspecteur de gymnastique, 14 assistants et 3 assistantes pour exercer une surveillance directrice sur l'enseignement de la gymnastique, notamment dans les 3,500 écoles rurales. Ces « conseillers » de gymnastique, comme ils pourraient être nommés à bon droit, viennent dans les écoles plutôt en conseillers et en guides qu'en inspecteurs. Ils réunissent les instituteurs d'écoles voisines et leurs élèves. Après que ceux-ci ont travaillé sous la direction de leur maître, l'inspecteur donne

lui-même une leçon rapide aux instituteurs. Il a ainsi l'occasion de corriger pratiquement les défauts qu'il a constatés dans l'enseignement et d'apprendre aux instituteurs les positions et les exercices les plus importants.

Souvent, les parents de quelques élèves ou une partie du conseil communal sont présents et une conférence est donnée



Augmentation du nombre d'enfants exercés en natation (1897 à 1910).

devant eux pour leur faire comprendre la valeur et la signification de l'éducation physique. Tout le monde, dans le village, tire profit de cette réunion : pour les enfants, c'est une fête ; pour les parents et les conseillers communaux, c'est une frappante démonstration qui les incite souvent à faire un sacrifice dans le but d'ajouter un gymnase à l'école ou d'établir une

DANEMARK

Exercices de nage.
(Cliché danois).

DANEMARK

Bassins scolaires de natation.
(Cliché danois).

plaine de jeux ; enfin les instituteurs y trouvent un enseignement et un stimulant, à tel point que la plupart s'inscrivent pour des cours plus complets.

L'activité de ces « conseillers » a une influence extraordinaire ; elle apporte dans l'enseignement de la gymnastique la même régularité et le même ordre que dans l'enseignement des autres branches.

Une décision non moins importante que le Gouvernement a prise pour favoriser l'éducation physique dans les écoles, c'est

DANEMARK

Leçon de natat on aux filles.
(Cliché danois).

l'institution d'un examen de gymnastique fixé à 15 ans dans les écoles moyennes et à 16 ans dans les Realschulen.

La cote obtenue dans cette épreuve compte au même titre que celles des autres branches dans le calcul des résultats de l'examen. Une cote semblable sera certainement établie sous peu pour les examens d'étudiants. Alors que la gymnastique était, auparavant, considérée comme une branche d'importance moindre que les autres, ce qui nuisait naturellement beaucoup à la valeur

de son enseignement, il est reconnu aujourd'hui d'une manière formelle que c'est la mission et le devoir de l'école de soigner avec une égale sollicitude l'éducation physique et l'éducation intellectuelle de l'enfant. Et l'enseignement est organisé en conséquence.

Mentionnons encore une décision prise en 1909, en vertu de laquelle les étudiants qui aspirent aux fonctions de professeurs en sciences physiques et mathématiques peuvent être dispensés de l'examen sur l'une des branches supplémentaires du programme s'ils réussissent une épreuve spéciale de gymnastique. Un étudiant au courant de la gymnastique est de ce fait admis à l'université comme docteur en physiologie et en gymnastique théorique.

Grâce à cette importante innovation, les écoles supérieures auront bientôt des chaires d'éducation physique, où l'art de faire des corps sains, vigoureux et beaux sera enseigné au même titre que l'art de guérir. L'exemple partant de si haut, la considération pour la gymnastique scientifique ne pourra qu'augmenter, et son expansion, jugée plus utile, se fera plus aisément.

Les exercices musculaires et le système nerveux.

Rapport présenté par M. I. SCHEPERS,
Professeur, Saint-Gilles-lez-Bruxelles.

Il n'est pas un mouvement qui ne résulte d'un processus nerveux, que ce mouvement soit volontaire, réflexe, automatique ou inconscient. Le moindre détraquement du système nerveux se répercute sur les mouvements : ceux-ci en deviennent plus lents ou plus vifs, mous ou saccadés, coordonnés ou désordonnés. A grands traits, nous pouvons distinguer, dans la genèse d'un mouvement, trois phases : *a)* une excitation venant du système nerveux central ; *b)* le trajet de cette excitation jusqu'au muscle, par les nerfs ; *c)* la réaction du muscle (sa contraction).

Organe conducteur, le nerf a pour nous une importance relativement minime. Ce qui nous intéresse plus, c'est la part que prennent les centres nerveux aux exercices physiques. Cette part est variable : pour tels exercices corporels (les exercices d'atten-

tion, par exemple), le travail musculaire est peu considérable, le travail nerveux est prédominant ; pour tels autres exercices (ceux de durée, qui se font presque automatiquement), la participation du système nerveux est très réduite. Il y a *exercices de force* quand des groupes musculaires déterminés d'une part, le système nerveux d'autre part, agissent simultanément et avec intensité.

Chacun sait que, en dernière analyse, les excitations, pour tout mouvement volontaire, surgissent au niveau de la couche corticale du cerveau, que les fibres nerveuses partent de là vers la moëlle épinière, se croisant dans la moëlle allongée de façon que celles venant de l'hémisphère cérébral droit vont aux muscles de la moitié gauche du corps, et vice-versa. Ces nerfs sont mis en relation, avant leur sortie de la moëlle épinière, avec les *cellules motrices* de la corne antérieure de la moëlle. Ces cellules motrices représentent donc une sorte de station intermédiaire, de relai, entre ces deux points terminus: la cellule nerveuse dans le cerveau et l'extrémité du nerf dans le muscle.

Tous les mouvements, même les plus simples, nécessitent l'action plus ou moins énergique de groupes entiers de muscles. On entend par *coordination* dans un mouvement, la faculté de mettre en activité précisément tous les muscles nécessaires, et rien que ceux-là, et aussi de combiner leurs actions en vue d'un but commun : le mouvement à exécuter. Un exemple :

Lorsque j'élève latéralement le bras, c'est le muscle deltoïde qui, en ordre principal, exécute le mouvement. Cete intervention peut être dénommée : *la contraction motrice.* Afin que cette élévation se fasse avec la rapidité voulue (ni trop vite, ni trop lentement), dans le rythme voulu et afin qu'elle s'arrête où on le désire, il faut, si peu que ce soit, l'intervention des muscles antagonistes : *contraction modératrice.* D'autres muscles préviennent le ballottement des bras en avant et en arrière : *contraction directrice.* Rappelons-nous enfin que le bras se meut contre l'omoplate, laquelle doit être fermement appliquée au corps par une contraction musculaire. De même, les muscles le long de la colonne vertébrale se contractent pour maintenir l'équilibre du corps, compromis par l'élévation d'un seul bras. Nous qualifierons de *statique* cette activité des muscles de l'omoplate et de la colonne vertébrale.

Un mouvement aussi simple que l'élévation latérale d'un bras tendu exige donc le travail combiné d'un nombre extraordinaire-

ment grand de muscles. Ceux-ci agissent avec des intensités infiniment variables. C'est ainsi que l'effort du deltoïde est maximum lorsque le bras supporte un fardeau, qu'il rencontre une résistance ou qu'il doit demeurer longtemps soulevé. Les autres muscles du bras et de l'épaule sont, eux, en contraction plus légère (ou en extension moins vigoureuse) que le deltoïde, mais aussi de façon variable. Et cependant il faut qu'à chacun de ces muscles le système nerveux central envoie l'excitation motrice exactement dosée : ni trop forte, ni trop faible. Partant, plus un mouvement est compliqué, plus complexe et plus délicate à la fois est l'activité coordinatrice du système nerveux central (1).

A la différence de ce qui se passe dans l'exemple cité ci-dessus, ce n'est pas toujours le travail musculaire *moteur* — celui-là qui donne à la forme du mouvement sa caractéristique — qui a le rôle principal : les activités musculaires *modératrice*, *directrice* et *statique* sont parfois au premier plan. C'est ainsi que dans tous les exercices d'équilibre, l'activité musculaire *statique* est celle qui prédomine et de beaucoup : dans la marche élevée sur la bomme, le mouvement de progression proprement dit est insignifiant au regard de l'activité musculaire nécessitée par le maintien de l'équilibre. De même, pour passer lentement de la suspension fléchie à la suspension tendue, à la bomme aussi, c'est bien plus le fléchisseur (biceps) que l'extenseur (triceps) qui est mis à contribution : car c'est le premier qui supporte tout le poids du corps et c'est par un relâchement progressif continu de sa contraction que le corps descend jusqu'à extension complète du bras. En réalité, ce n'est pas d'une extension qu'il s'agit ici, mais du relâchement progressif d'une flexion. Ici, c'est la force *modératrice* qui prédomine.

Plus un mouvement est complexe, plus difficile aussi est sa coordination, surtout au point de vue des centres nerveux. Car ceux-ci doivent faire parvenir, à un moment précis, des excitations motrices diversifiées, finement nuancées dans leur force, à une série de très nombreux muscles.. La possiblilité d'un tel travail ne serait même pas concevable si les centres moteurs volontaires du cerveau et de la moëlle ne possédaient la faculté de « mécaniser », pour chaque forme de mouvement, ce processus compliqué, après que nous y sommes exercés, d'abord par des essais hésitants, puis peu à peu de façon plus parfaite, en élaguant tous efforts inutiles. En d'autres termes, l'*image* d'un mouvement répété s'imprime en nos centres nerveux, et la simple

volonté d'exécuter ce mouvement suffit dès lors pour déclancher, comme d'un seul coup, dans les centres nerveux, les associations nécessaires et la totalité des excitations motrices dans toutes leurs gradations. C'est cette propriété — appelée parfois musculaire, mais qui est plutôt une mémoire nerveuse — qui rend possible l'acquisition de la maîtrise complète de l'activité coordinatrice. Mieux un mouvement est connu et moins une activité coordinatrice *consciente* devient nécessaire.

Il en va tout autrement pour les nouvelles formes de mouvements ou pour les changements à apporter à celles déjà connues. L'image préalablement emmagasinée manque au système nerveux. Il faut la créer par des essais ; de nouvelles combinaisons musculaires doivent être cherchées. La notion de la *force* qu'il faudra dépenser est imprécise et le débutant se livre souvent à des efforts excessifs, ce qui nous rend les membres raides et maladroits. De plus, il est fait appel, d'une façon tout à fait inutile, à des muscles qui n'ont nullement à intervenir dans l'exécution. De là des mouvements accessoires, superflus, que la volonté aura à faire disparaître. Est-il besoin de rappeler les mouvements gauches, embarrassés, du jeune écolier qui débute aux appareils, d'un novice qui s'initie à la pratique de la bicyclette, à la natation, au patinage ?... Par contre, comme celui qui est exercé fait ces mêmes mouvements avec aisance et relativement peu de fatigue ! Et vraiment, le novice doit dépenser beaucoup plus de force, tant musculaire que nerveuse. Ce n'est que par la répétition fréquente de l'acte que la volonté coordinatrice réalise la plus juste solution du problème posé, et cette solution, qui est la plus juste, parce qu'elle élimine tous mouvements secondaires inutiles, est en même temps la plus économique au point de vue dynamique, et la plus belle au point de vue gymnastique.

L'éducation de la volonté coordinatrice commence avec notre existence. A la suite d'essais pénibles et nombreux, le tout petit enfant apprend d'abord à se saisir correctement d'un objet, puis à s'asseoir, à se mettre debout, à marcher, courir, sauter, etc... Il apporte déjà avec lui, lors de son entrée à l'école, un grand cycle de formes de mouvements familiers à son activité coordinatrice. Il n'a plus besoin d'une gymnastique vraiment élémentaire. La base est jetée sur laquelle s'édifiera la gymnastique *scolaire*.

Cette dernière, avec son ensemble d'exercices libres et aux appareils, est donc en fait une école de coordination. Elle est plutôt gymnastique des nerfs que des muscles. Les partisans du sys-

tème allemand ont soin de faire remarquer que leur système, avec ses multiples exercices d'adresse aux appareils, répond particulièrement à cette mission de l'éducation physique scolaire. Ils n'ont pas tort. D'autre part, ce ne serait nullement un avantage de la gymnastique suédoise si ce que disent certains de ses admirateurs, plutôt superficiels, était vrai : que ses exercices sont si aisés à faire qu'ils peuvent être reproduits immédiatement par tout un chacun. Ce serait un réel défaut. Il n'en est heureusement pas ainsi : car il y a une rude et très sensible différence, aux points de vue difficulté et intervention des centres nerveux, entre esquisser un mouvement et le rendre avec précision, correction, en lui donnant toute son ampleur et toute son énergie, ainsi qu'on l'exige en méthode suédoise. Non seulement, dans les deux systèmes, les facultés coordinatrices enrichissent sans cesse la collection des mouvements *connus* auxquels elles s'appliquent, mais on voit se développer, par surcroît, l'aptitude à coordonner de plus en plus rapidement et facilement les actions musculaires nécessaires à un mouvement nouveau. C'est-à-dire que l'on tend ainsi vers une maîtrise certaine du corps dans toutes les circonstances de la vie. Dans une éducation physique vraiment rationnelle ce but est pour le moins aussi important que le développement de la musculature.

Les exercices de notre gymnastique scolaire sont exécutés au commandement. Ce commandement doit d'abord atteindre le cerveau *(transmission sensitive)* ; après une certaine pause *(opération centrale)*, suit l'exercice volontaire *(transmission motrice)* qui court le long des nerfs moteurs jusqu'aux muscles exécutants, avec une vitesse de 35 mètres à la seconde. Tout cela demande une durée appréciable : *temps de réaction.* Le mouvement est-il compliqué, nécessite-t-il une grande activité coordinatrice... le temps de réaction est plus long. Par contre, il y a, dans la vie journalière, et même assez souvent, des cas où un mouvement doit être exécuté sans le moindre retard. Cette rapidité ne s'obtient qu'aux dépens de la correction ; mais ce défaut de correction a souvent peu d'importance : la grande affaire, la seule qui ait de la valeur, c'est que je parvienne à esquiver la pierre qui m'est lancée, l'automobile qui fond sur moi au coude du chemin, que je réussisse à saisir la balle livrée par mon partenaire, que je me sauve ou que je sauve mon prochain de la flamme dévastatrice ou des flots profonds... « En beauté ! » comme dit Helda Gabler. On ne s'en souciera guère, pourvu que le but soit atteint.

La nécessité d'entraîner l'organisme à de tels mouvements, c'est-à-dire d'assurer la *rapidité* de l'innervation est tout aussi évidente que celle d'éduquer en vue de mouvements *bien* coordonnés (2).

Tout comme la musculature, le système nerveux se fatigue ; mais cette fatigue nerveuse se localise beaucoup moins ; elle affecte l'organisme *en général*. C'est la part prise par le système nerveux à la fatigue musculaire qui cause l'irritabilité du caractère, la sensation d'abattement, l'insomnie en dépit du besoin de dormir. De même encore que pour les muscles, l'exercice rend le système nerveux moins sensible à la fatigue. Nous l'avons vu dans nos précédentes études : les mouvements du cœur et ceux du poumon sont automatiques. La volonté n'intervient pas — si ce n'est, un peu et dans un certain sens, pour la respiration. Les centres nerveux qui président à ces activités sont infatigables. Il en est ainsi, dans une certaine mesure, pour les centres nerveux dont dépendent les mouvements que l'on peut nommer à demi automatiques (Schmidt) des muscles soumis à la volonté : la marche et, en général, tous les modes de progression. Ces mouvements sont devenus si habituels qu'ils sont de véritables réflexes : à moins de circonstances particulières (chemin difficile, passage étroit, etc., courant violent, tourbillon, etc.), l'activité coordinatrice des centres cérébraux n'a guère à se manifester. Les cellules motrices de la moëlle ont gardé une image suffisante de la marche, de la natation, etc., pour la régler elles-mêmes. « C'est là le but véritable de l'éducation motrice : créer un mécanisme psychomoteur tel qu'une sensation visuelle ou auditive détermine, sans aucun effort, le déclanchement réflexe d'une série d'actes moteurs, sans que l'attention, la volonté, l'intelligence du sujet semblent y prendre aucune part. Chez le marcheur, l'inégalité du sol doit déterminer un changement d'allure, un choix judicieux de la position des pieds. » (Faure) (3).

Il nous reste encore à examiner, au point de vue du système nerveux, le rythme, la cadence et l'influence de l'élément joie. Ce sera la matière d'une autre étude.

CONCLUSIONS. — I. Le rôle si complexe du système nerveux impose à l'éducateur cette règle : débuter par des mouvements simples, s'astreindre à les faire exécuter dans une forme pure et ne progresser que lentement, tout au moins dans la première période du cours. Nous disons qu'un mouvement est exécuté

dans sa forme pure quand cette exécution réunit le maximum d'effet recherché (force, grâce, beauté... ou plusieurs simultanément) au maximum d'économie dynamique musculaire et en même temps à la plus grande conformité réalisable avec les conditions physiologiques et anatomiques. Cette définition nous est tout à fait personnelle ; elle n'engage aucune autorité, aucune école.

II. Cette réduction extrême du temps de réaction résulte d'une tension intime qui porte les systèmes nerveux et musculaire à un degré maximum d'excitabilité. L'organisme est chargé d'énergie accumulée et prête à la détente, tout comme un pistolet chargé renferme une force explosive latente prête à se manifester, dit le docteur Schmidt, qui rappelle à ce sujet l'exemple du coureur attendant, ramassé sur lui-même, le signal du départ. Le starter aura à peine donné ce signal que le coureur sera déjà « lancé » comme un projectile.

L'éducateur entraînera l'organisme en ce sens (réaction ultra-rapide) par l'escrime et les jeux. Evidemment, l'escrime ne peut s'appliquer qu'aux classes supérieures de l'Athénée. Mais quelle grande valeur éducative elle y revêt, même quand la leçon est simultanée !

Les jeux conviennent mieux aux classes moyennes de l'Athénée et aux sections moyennes, car tout en exigeant cette décision rapide dans le mouvement, cette coordination instantanée dont il est ici question, ils n'astreignent pas à une tension continuelle, comme l'escrime. Et nous voici ramenés, une fois de plus, à exalter la valeur éducative des jeux, considérés sous un nouvel aspect.

Faisons remarquer, en passant, que les exercices d'ensemble — évolutions, formations, etc... — par lesquels commence la leçon allemande, ne sont nullement recommandables. Spiess disait : « Le corps de la troupe a besoin d'exercice tout autant que le corps de chaque individu.» Ce à quoi le Dr Schmidt répond : « Je pense que nous n'avons pas à éduquer des classes d'élèves en tant que classes, mais des jeunes personnes dont chacune a besoin, pour elle-même, de vivre dans certaines conditions de vigueur, d'adresse, de rythme. » Et plus loin : « En un mot, la pratique étendue des exercices dits d'attention, c'est-à-dire d'exercices d'ordre et de *reigen*, n'est rien autre qu'un gaspillage du temps précieux à consacrer aux exercices physiques. Il y a plus. A la tension intellectuelle causée par l'enseignement dans l'école, de tels exercices ajoutent une nouvelle tension, alors que

la mission des exercices physiques devrait consister ici, dans la mesure du possible, à diminuer cette tension. »

III. Faure écrit encore : « Ainsi, alors que le point de départ de l'éducation motrice est l'attention, la volonté, l'intelligence, le point d'arrivée est l'automatisme. » C'est précisément parce que le résultat sera un quasi-automatisme que l'éducateur doit s'attacher à obtenir la plus grande correction dans l'exécution des mouvements simples qui, combinés, constituent ces mouvements complexes dont la vie est faite. A vrai dire, c'est aux parents qu'incombe cette tâche : ils assistent à l'acquisition des mouvements élémentaires. Nous savons tous, hélas ! qu'ils se soucient très peu de leur correction, tandis que, dit le Dr Schmidt, « notre moëlle épinière n'exerce aucune critique gymnastique : un mouvement constamment répété avec les mêmes fautes devient automatique sous cette forme fautive. » L'instituteur a donc une tâche double : combattre les défauts acquis, donner les qualités qui manquent. C'est sous ces deux aspects, dont le premier exige le plus de difficultés, qu'il entendra son œuvre correctrice. Un exemple : il est de notoriété, parmi les officiers de cavalerie, que l'on fait rarement, et au prix de quelles peines ! un bon cavalier d'un fils de fermier qui a monté à cheval, chez lui, comme bon lui semblait. Un autre exemple : que d'observations le maître aura à répéter, sans se lasser jamais, pour obtenir une marche correcte : pose des pieds, balancements du corps, attitude du tronc et de la tête, égalité des pas, etc...

OUVRAGES CONSULTÉS. — Baldwin : *The story of the Mind;* Héger : *La mission de la physiologie expérimentale ;* Dr Kaisin : *Essai critique de la gymnastique suédoise ;* Philippson : *L'autonomie et la centralisation dans le système nerveux des animaux ;* Preyer : *L'âme de l'enfant*, et surtout l'admirable ouvrage du Dr Schmidt : *Physiologie der Leibesübungen.*

VŒUX.

Les vœux suivants, présentés par la 1e section, ont été admis à l'unanimité des voix, en séance de clôture du Congrès :

1° Le Congrès International de Gymnastique tenu à Bruxelles les 4-5 et 6 août 1910, émet le vœu de voir s'organiser partout l'inspection médicale des écoles et des écoliers, notamment pour

déterminer les conditions dans lesquelles les élèves pourront suivre les cours de gymnastique. Les fiches confidentielles concernant chaque élève seront rédigées par le médecin et le professeur de gymnastique et éventuellement communiquées aux parents.

2° Il y a lieu d'organiser dans les écoles des expériences relatives aux courses de fond et de vitesse, sur des enfants de différents âges, afin de mesurer la fatigue produite par la course. L'examen du pouls, préconisé par le capitaine Grade, paraît être la meilleure base de cette mesure.

3° Le Congrès émet le vœu de voir s'organiser : 1° Dans de grands laboratoires, des expériences précises pour mesurer les effets immédiats et lointains produits sur tous les organes par les exercices de gymnastique. 2° Dans toutes les écoles, les expériences simples préconisées par le Capitaine Grade, dans son rapport, et qui permettent de mesurer les effets produits sur la fréquence du pouls par certains exercices.

4° Le Congrès renouvelle le vœu suivant émis antérieurement au Congrès de Mons (1905) :

« Dans la pratique des exercices corporels, on recherchera de préférence les moyens dont la valeur, au point de vue de l'hygiène, de l'esthétique, de l'économie des forces et de l'effet moral, aura subi le contrôle expérimental uni à l'analyse scientifique ; on s'inspirera d'une méthode fondée sur la connaissance physiologique du corps humain, dont Ling a été le principal initiateur. »

5° « Considérant que la valeur de la race est intimement liée à l'Education physique ; que le Foyer fait la race ; que l'Ecole pénètre le foyer par l'Education et l'Instruction ;

« Considérant que la femme est le principe même du foyer comme sœur, comme épouse, comme mère, que jusqu'à ce jour elle a été sacrifiée au point de vue de son Education physique et qu'il est urgent de développer, de fortifier et d'ennoblir le foyer par la santé et la beauté de la femme ;

« Considérant que ce but ne saurait être atteint que par l'Education physique de la femme dès l'Ecole, à tous les degrés, mais plus particulièrement à l'Ecole primaire, que cette éducation, pour être efficace, doit être appliquée au moyen d'une méthode rationnelle, au même titre que l'Education intellectuelle et morale, inscrite aux programmes scolaires ;

Le Congrès émet le vœu : 1° Que l'Education physique soit mise aux programmes de toutes les écoles, aux divers degrés, et des deux sexes ;

2° Que le temps nécessaire à l'application de l'Education physique soit fixé dans les programmes avec un minimum obligatoire de durée journalière ; le temps réservé aux jeux ne devant pas être compris dans ce minimum ;

3° Que tous les maîtres chargés de l'enseignement physique témoignent de sérieuses connaissances scientifiques, techniques et pratiques, en même temps que de l'entraînement personnel nécessaire à la gymnastique éducative et aux jeux ;

4° Qu'un enseignement scientifique, technique et pratique de l'Education physique soit donné dans toutes les écoles où sont formés les maîtres, à tous les degrés et aux deux sexes.

6° Le Congrès émet le vœu de voir les éducatrices de la jeunesse, dans un but d'ordre physique, moral et esthétique, abandonner, de leur plein gré, l'usage du corset.

7° Le Congrès est convaincu que l'œuvre entreprise par les sociétés de gymnastique doit être encouragée par tous les moyens possibles et qu'il y a intérêt, au point de vue de l'avancement général de l'Education physique scientifique, à faciliter aux dirigeants de ces sociétés, l'acquisition des connaissances indispensables pour que les cours puissent y être donnés selon les exigences de la science moderne.

8° Le Congrès émet le vœu de voir se créer dans le plus bref délai un Bureau international d'Education physique. Ce bureau ferait connaître ses travaux par une revue internationale et formerait un musée de tous les documents relatifs à l'Education physique.

Démonstrations de gymnastique pédagogique.

Leçon donnée à des enfants de 3 à 6 ans (jardin d'enfants).

Professeur Mme VAN EYSER-ALLAR (Bruxelles).

1. Exercices d'ordre : formation et conversions.
2. Exercices de balle combinés avec pas de danse.
3. Rondes populaires : a) Piron ne sait pas danser.
   b) Les musiciens.
4. Exercices exécutés à l'aide d'un corde circulaire.

a) *Pas de danse.* (Prise de la corde de la main droite, puis de la main gauche) : 2 pas de polka, 4 pas marchés.

b) *Suspension.* (Corde au dos, prise bi-manuelle) : suspension en arrière.

c) *Equilibre.* (Corde sur le sol) : marche croisée au-dessus de la corde.

d) *Exercice des jambes.* (Prise bi-manuelle de la corde) : s'asseoir et se redresser en tirant sur la corde.

e) *Exercice des bras et tronc.* (Prise bi-manuelle de la corde) : flexion et extension des bras en haut.

f) *Marche et course* : pas ordinaire et pas de galop.

g) *Sauts.* (Corde sur le sol) : sauter au-dessus de la corde (4 directions).

h) *Jeu.* (Prise de la corde bi-manuelle) : un enfant se promène au centre du cercle et frappe sur les mains des élèves qui soutiennent la corde et qui tâchent d'éviter d'être touchés.

5. Histoire du Petit Poucet racontée par l'institutrice et jouée par les enfants sous forme de leçon de gymnastique.

SCHÉMA.	Récit à développer par l'Institutrice.	Exercices gymnastiques.
1. Ex. d'ordre.	1. Petit Poucet et ses frères perdus dans la forêt,	1. Marche ordinaire.
2. Suspension.	2. ils cherchent leur route, P. P. grimpe à l'arbre,	2. (Simulacre du grimper). Elévation simultanée du bras gauche (droit) et genou droit (gauche).
3. Equilibre.	3. voit une lumière. Ses frères se dressent sur la pointe des pieds pour l'apercevoir.	3. Elévation sur la pointe des pieds.

4. Course.	4. Ils y courent.	4. Pas de course.
5. Exercices respiratoire.	5. Essoufflés, ils s'arrêtent.	5. Flexion de la tête en arrière. Elévation latérale des bras
6. Exercices des jambes.	6. Abri chez l'ogre. Ils montent se coucher.	6. Elévation alternative des genoux (mains aux hanches).
7. Exercices dorsaux.	7. P. P. écoute la conversation de l'ogre. Il réveille ses frères, ceux-ci baillent	7. Mains à la nuque. — flexion du tronc en arrière.
8. Exercices abdominaux.	8. Ils se sauvent.	8. Marche à 4 pattes.
9. Exercices latéraux.	9. Ils inspectent les environs	9. Mains hanches. Rotation du tronc à gauche (droite).
10. Sauts.	10. Ils franchissent des obstacles.	10. Sauts en avant.
11. Danses.	11. Retour chez les parents. Joie.	11. Danse en rond.
12. Exercices respiratoires.	12. Repos. Se préparent au coucher.	12. Elévation des bras.

Leçon sans engins donnée à des enfants de 5 à 7 ans.

Professeur Mlle J. VAN CAMPENHOUT (Uccle).

I. — Exercices d'ordre et préparatoires.

1. Marche. — Doublement — Déploiement.
2. Ms. Hs. — Pte. Ps. (3 fois).
3. Battre des Ms.
4. Les moulins tournent (jeu).
5. Ms. Hs. — rot. T.
6. Ms. Hs. — fl. T. av. (ar.).
7. St. fl. — saut avec éc. Bs.
8. Le tunnel (jeu).

II. — Extensions dorsales.

En cercle : le mouchoir volant (jeu).

III. — Suspensions.

Ext. Bs.

IV. — Equilibres.

1. Passer alternativement les jambes au-dessus des mains jointes.
2. St. 1/2 fl. — toucher le sol de l'index.

V. — Marches et courses :

Marche ordinaire, marche accélérée, marche allongée avec bal. des Bs, course avec 1/2 tours.

VI. — Exercices dorsaux :

St. éc., Bs lev. — fl. Tr. av.

VII. — Exercices abdominaux :

Sauts de grenouille.

VIII. — Exercices latéraux :

Assis, Js croisées. — rot. Tr.

IX. — Sauts :

Ms Hs, Ps jts — sautiller en av. (ar.)
En cercle : sautiller en lanc. J. av. et ar.

X. — Ronde :

Sur le Pont d'Avignon.

XI. — Exercices respiratoires :

Pos. — élév. lat. Bs.

Programme de la leçon pour dames.

Professeur Mlle E. LOVEDAY G. D. (Vilvorde).

I. — Exercices d'ordre et préparatoires :

a) 2 rangs ; alignement ; numéroter ; déploiement.
b) Fl. T. ar.
c) Bs. lev. — Pte. Ps, fl. Js. (2 fois en série).
d) Pos. — Fl. et ext. Bs lat., lev., av., en bas. (2 fois dans chaque direction).
e) Ms N., st. obl., Tr. tourné — Fl. lat. Tr.

II. — Exercices des jambes.

Prép. au saut libre avec élév. lat. Bs.

III. — Extensions dorsales.

a) Bs lev., app. dors., Tr. fl. ar. — fl. et ext. Bs lev. (lent).
b) Bs. lev. — gde fl. Tr. av., s'arrêter au redress. à la pos. Bs lev., Tr. fl. av. et exécuter osc. Bs.
c) Ms Hs, st. obl. — Pte Ps. fl. Js.

IV. — Suspensions.

Susp. ar. — fl. Bs suivi de susp. av. — fl. Bs.

V. — Equilibres.

Pos. — élév. Bs. av., suivi de leur éc. lat. et de leur élév. vert.
Simultanément : élév. J. av. suivi par son éc. lat. et de son élév. ar.

VI. — Exercices pour les épaules, la nuque et le dos.

Couché fac., Ps sout (:), Tr. étendu, Ms. Es. — ext. lat. lent. Bs, Ms en supination.

VII. — Exercices pour l'abdomen.

Bs. lev., 1/2 st. fac. P. sout — fl. Tr. ar.

VIII. — Exercices alternatifs du tronc.

St. lat. B. lev. ; app. H. (bomme) — fl. lat. Tr. avec éc. J.

IX. — Marches et courses.

Marche ord. — pas de course — marche ext. P. — marche changt. P. et saut. — marche ord.

X. — Suspensions (2me série).

1e section : grimper (cordes vert.).
2e section : susp. fac. et en opp. — progr. alt. Ms.
3e section : susp. fac. — progr. alt. Ms.
4e section : susp. transv. av. — progr. alt. Ms suivi de Bs lat. — marche av.

XI. — Sauts.

a) Saut sur place.
b) Saut sur place avec 1/2 tour (90°).
c) Saut sur place avec éc. Bs et Js.
d) En section : Saut libre en haut (corde).
e) *1e section :* franchir entre arçons d'une selle avec 1/2 tour (90°).
2e section : » » «
3e section : en susp. fac. saut entre double bomme.
4e section : en susp. transv. saut dors. entre double bomme.

XII. — Exercices dérivatifs et respiratoires.

a) Marche lente.
b) Pos. — élév. lat. Bs., pte Ps.
c) Pos. — élév. Bs av. et lev. ; ab. lat.

Programme de la leçon pour hommes.
Professeur M. H. DE GENST (Bruxelles).

I. — Exercices d'ordre et préparatoires.

a) 2 rangs — alignt — muméroter — déploiement.
b) Bs. lat. — Pte. Ps. et élév. Bs. lev.

c) Fente ar., Bs lat. — Rot. T.
d) Ms Es — ext. Bs lev., lat., av, en bas (en série).
e) St. éc., Ms N. — rot. Tr.
f) St. obl., Ms Hs., pte Ps — fl. Js.

II. — Extensions dorsales et exercices dérivatifs.

a) Ext. dors. en st. éc. — pte. Ps.
b) Fl. et gr. fl. Tr. av.
c) Fente obl., Ms. Hs. — élév. Tal.

III. — Suspensions.

a) (Esp.) Susp. dors. — élév. Gx. Se termine par saut dorsal.
b) *1e section :* 1. (Cordes obl) : Grimper obl.
2. (Bom. : n° 18) Eq. élév. — progr. diverses.
2e section : 1. (Cordes vert.) Grimper entre 2 cordes, desc. en susp. vert.
2. (Bcs obl.) Monter et desc. obl. en éq.

IV. — Equilibres.

Ms. Es., 1/2 st. G. lev. — ext. Bs lev. et J. ar. — pos. de fente et éc. Bs. lat. — élév. Bs. lev. — Pos.

V. — Exercices pour les épaules, la nuque et le dos :

Ms. Es, st. éc., Tr. fl. av. — ext. asym. des Bs.

VI. — Marches et courses suivi par ex. dériv. et resp.

Marche ordinaire. Course pte Ps — Marche pte Ps.
Marche avec ext. P.
Pos. — Circum. Bs

VII. — Exercices pour l'abdomen.

1/2 st., Ms Es. Tr. fl. ar. — ext. Bs (avec aide en fente ar.)

VIII. — Exercices dérivatifs des jambes.

St. éc., Bs lev.. pte Ps — fl. Js et éc. Bs. lat.

IX. — Jeu.

Basket ball, +

X. — Exercices alternatifs du Tronc.

Chute lat. en app. (esp.) — éc. J.

XI. — Exercices des jambes.

Ms. Es, fente obl. ar. — ext. Bs lev.

XII. — Suspensions.

(Bom.) Susp. transv. av fl. — progr. ar.

XIII. — Sauts.

a) Prép. saut.
b) Saut libre sur place avec éc. Bs. et Js.
c) (Cheval transv.) 1. Saut facial.
2. Saut dorsal.
3. Franchir Js. entre Bs.
d) (Cheval en long) 4. Saut lat.
e) (Corde) Franchir en haut avec élan.

XIV. — Ex. correctifs, dérivatifs et respiratoires.

a) Ps. jts. Ms N. — Fl. Tr. lat.
b) Ms. Cls. — fente ar. et lanc. Bs lat.
c) Pte Ps. et Bs. lat. — fl. Js et élév. Bs. lev. (en série 1-6).

Visite de l'Ecole Normale de Gymnastique et d'Escrime de l'armée belge.

Directeur : M. le Commandant HENRION, (Etterbeek-lez-Bruxelles).

Le Commandant de l'Ecole Normale de Gymnastique et d'Escrime avait convié tout d'abord Messieurs les Membres du Congrès à entendre une courte causerie sur les principes suivis à l'Ecole et sur les résultats obtenus.

Par une suite de clichés photographiques très suggestifs représentant des jeunes gens, des recrues et des sous-officiers à leur arrivée à l'Ecole ou au régiment, il démontre combien sont nuls les moyens employés jusque dans ces dernières années pour la culture physique dans nos écoles et nos régiments, le peu de souci des maîtres et des instructeurs de former ou de maintenir un équilibre musculaire judicieux et favorable au bon fonctionnement des organes. Situation résultant de l'ignorance absolue où étaient tous nos éducateurs des sciences de l'Education physique.

Après avoir exposé les programmes des cours scientifiques donnés à l'Ecole par des officiers et un médecin, cours d'une durée de deux et trois ans, le conférencier rappelle à ses auditeurs que la méthode employée à l'Ecole, est la méthode Suédoise dans toute son ampleur et sa simplictié, appliquée comme gymnastique de développement et suivie des exercices d'application

Ecole normale militaire de Gymnastique et d'Escrime.

Exercices de suspension au portique de gymnastique éducative en plein air.
(Constructeur VAN NECK Frères, Bruxelles).

militaires spéciaux : Escrimes, Franchissement des obstacles, Entraînement à la course etc. etc.

La conférence se termine par la production des résultats obtenus pendant les divers cours de l'Ecole : jeunes gens, étudiants, recrues ou sous-officiers sont redressés d'une façon remarquable. C'est merveille de voir combien la tenue de ces gymnastes est devenue plus fière, plus martiale, combien la physionomie saine réflète plus de volonté et d'énergie.

Graphiques montrant les résultats obtenus à l'Ecole normale militaire de gymnastique et d'escrime pendant un cours de gymnastique éducative, (Octobre à Avril).

Observations.

1. Les diverses mensurations ont été faites par le Dr A. de MARNEFFE et ont porté chaque année sur 50 élèves environ.
2. La partie hachurée indique le gain réalisé entre le début et la fin du cours.
3. Ces clichés sont extraits de « l'Historique de l'Ecole normale militaire de Gymnastique et d'Escrime » par M. le Commandant d'Artillerie HENRION.

Diagramme des moyennes des différences entre l'inspiration et l'expiration du diamètre thoracique antéro-postérieur.

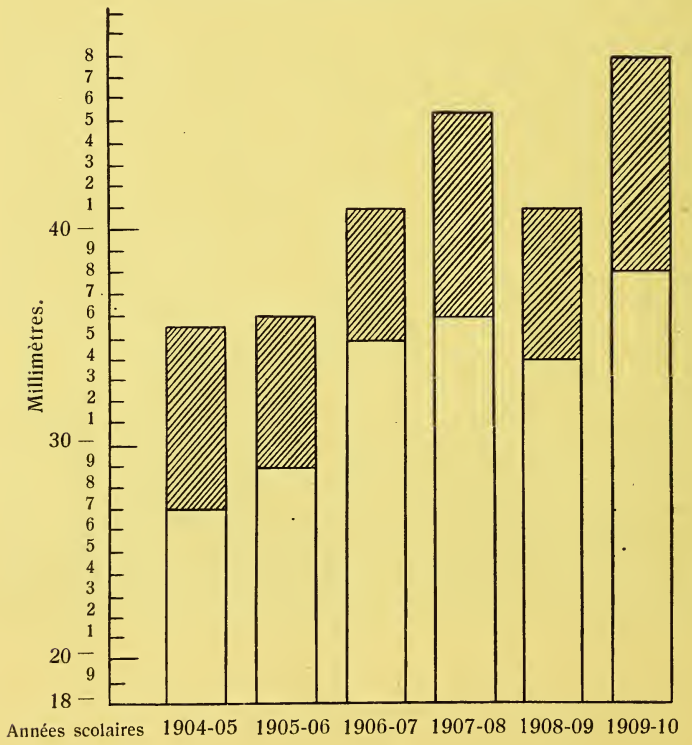


Tableau donnant les résultats moyens des mensurations anthropométriques.

JEU RESPIRATOIRE (Différence entre l'inspiration et l'expiration profondes).

Première année : Elèves sous-officiers (19 à 20 ans) suivant les cours pour la première fois.

COURS	CAPACITÉ PULMONAIRE (en litres)			PÉRIMÈTRE THORACIQUE (en cm.)			DIAMÈTRE ANTÉRO-POSTÉRIEUR (en cm.)			DIAM. TRANSVERSAL (en cm.)		
	Au début	A la fin	Différence	Au début	A la fin	Différence	Au début	A la fin	Différence	Au début	A la fin	Différence
1904 - 05	3.97	4.41	+ 0.44	7.45	8.33	+ 0.88	2.85	3.65	+ 0.80	1.88	2.61	0.73
1905 - 06	4.32	4.53	0.21	7.08	7.84	0.76	3.27	3.78	0.51	2.27	2.76	0.49
1906 - 07	4.18	4.50	0.32	7.82	8.96	1.14	3.72	4.31	0.59	2.92	3.54	0.62
1907 - 08	4.31	4.52	0.21	8.75	9.63	0.88	3.95	4.63	0.68	2.95	3.72	0.77
1908 - 09	4.28	4.53	0.25	8.57	9.92	1.35	4.28	4.55	0.27	2.81	3.78	0.97
Gain moyen			0.285			1.00			0.57			0.72

Ecole normale militaire de gymnastique et d'escrime (Etterbeek-lez-Bruxelles).

Directeur : M. le Commandant HENRION.

Diagramme des moyennes des différences entre l'inspiration et l'expiration du diamètre thoracique transverse.

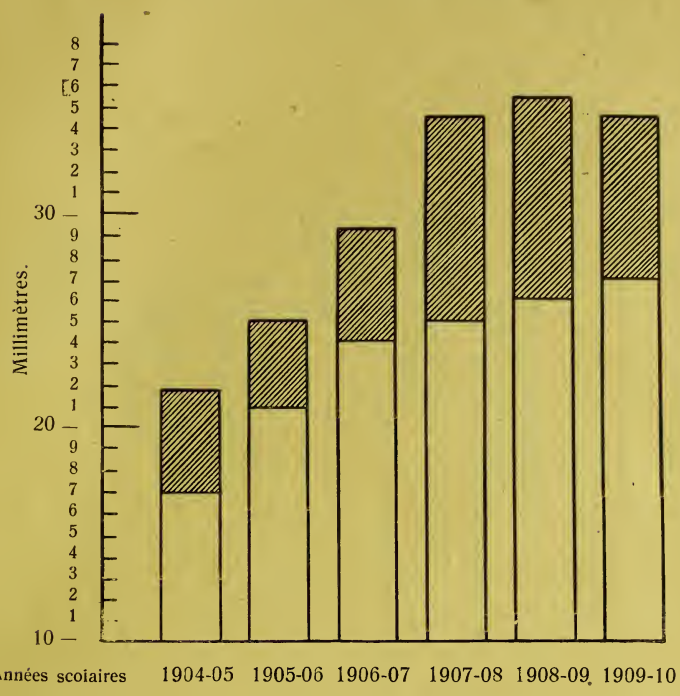


Diagramme des moyennes des différences entre l'inspiration et l'exp ration du périmètre thoracique.

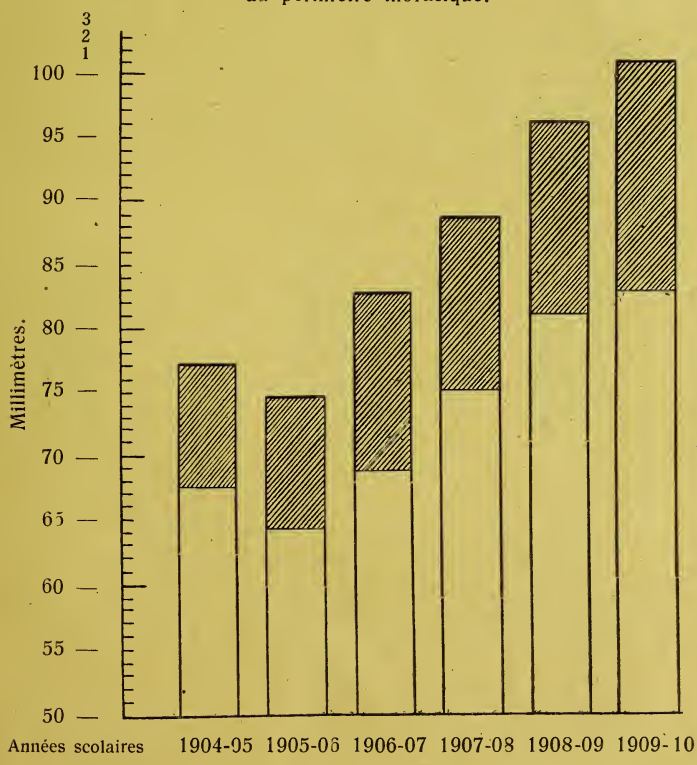
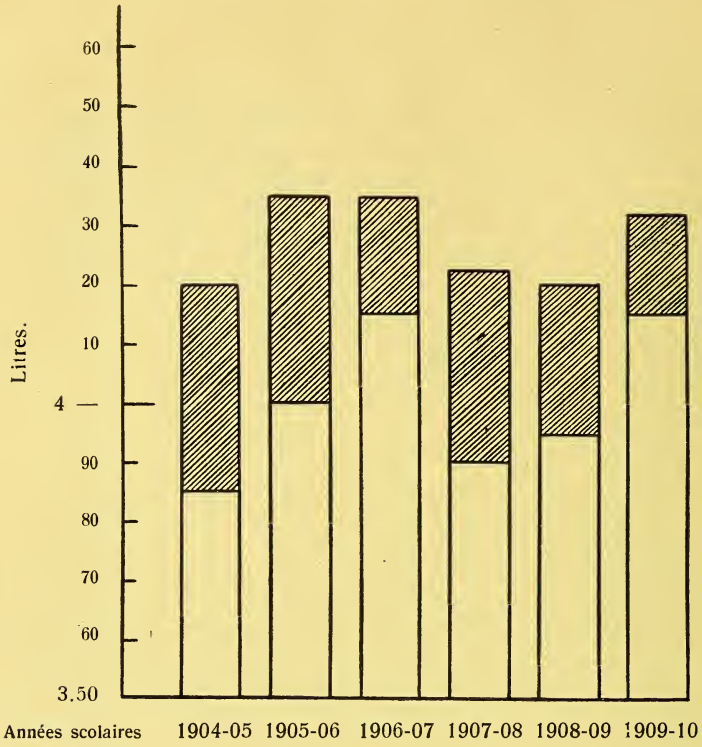


Diagramme des moyennes des différences de capacité pulmonaire entre le début et la fin du cours.



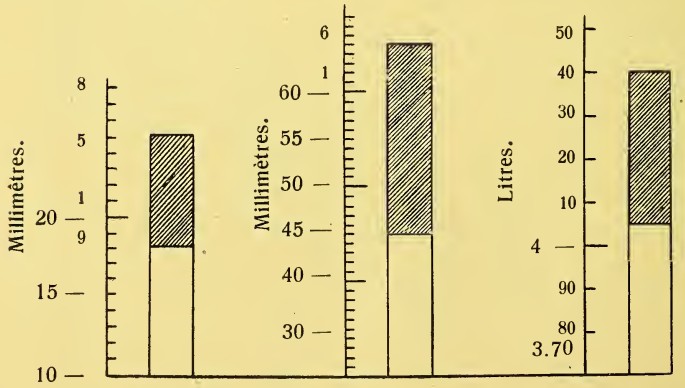
Régiment des Grenadiers : 1er Bataillon 2me Compagnie.

Cours de Gymnastique.

donné par M. le Lieutenant DELFOSSE.

Durée du Cours : Trois mois et quinze jours.

Diagramme des moyennes des différences.



1o Entre l'inspiration et l'expiration du diamètre antéro-postérieur.

2o Entre l'inspiration et l'expiration du périmètre thoracique.

3o De capacité pulmonaire entre le début et la fin du cours.

Classe de 1907.

N.-B. — Mensurations prises par M. le médecin de Bataillon LÉOTARD, du régiment des Grenadiers.

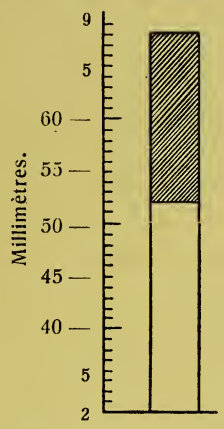
Tableau donnant les résultats moyens des mensurations anthropométriques,
(cours octobre 1908 - avril 1909 inclus).

Nombre d'élèves sous-officiers	Age à la 1re mensuration	TAILLE			CAPACITÉ PULMONAIRE			PÉRIMÈTRE THORACIQUE							DIAMÈTRE ANTÉRO POSTÉRIEUR							DIAMÈTRE TRANSVERSAL						
								Au début du cours			A la fin du cours				Au début du cours			A la fin du cours				Au début du cours			A la fin du cours			
		Au début du cours	A la fin du cours	Différence	Au début du cours	A la fin du cours	Différence en décilitres	Inspiration	Expiration	Différence	Inspiration	Expiration	Différence	Différence en cm.	Inspiration	Expiration	Différence	Inspiration	Expiration	Différence	Différence en cm.	Inspiration	Expiration	Différence	Inspiration	Expiration	Différence	Différence en cm.
35	20 a 8 mois	1.697	1.705	0.8	3.95	4.20	2.50	92.3	84.08	8.2	94.12	84 4	9.7	1.50	21	17.59	3.41	21.75	17.66	4.09	0.68	26.43	23.4	3.03	26.50	23.08	3,52	0.49

Ecole normale militaire de gymnastique et d'escrime (Etterbeek lez Bruxelles).
Directeur : M. le Commandant HENRION.

Classe de Recrues Françaises 1909

Diagramme des moyennes des différences entre l'inspiration et l'expiration du périmètre thoracique.



Extrait de *l'Œuvre de Joinville*, de M. le lieutenant-colonel COSTE, ancien commandant de l'Ecole de Joinville.

Les diagrammes de mensurations de chaque année, ainsi que les épreuves sportives athlétiques, prouvent du reste le perfectionnement considérable de la fonction respiratoire.

Enfin le commandant de l'Ecole insiste tout particulièrement sur la formation morale de l'élève qui est le corollaire obligé de son éducation physique : chaque professeur, moniteur, instructeur devant avoir toujours comme idéal d'élever l'âme en même temps qu'il cultive le corps. Après la conférence, les congressistes purent se convaincre, par la vue de la leçon pratique, combien étaient vrais les documents photographiques.

L'aspect, la souplesse, l'énergie et l'audace des cinquante jeunes gymnastes exécutant tous les exercices pédagogiques avec la plus grande correction soulevèrent les bravos de l'assistance.

Programme de la leçon donnée aux élèves sous-officiers de l'Ecole normale de Gymnastique et d'Escrime.

Adjudant-professeur : M. HENRY.

I. — Exercices préparatoires.

a) Pos. — Elév. lat. Bs, gde fl. Js (6 temps) 2 fois lent, 2 fois rap.
b) Pos. — rot. et fl. succ. T. ar.

c) Ms. Es — ext. Bs (1 fois lent, 1 fois rap.)
d) St. obl., Ms N. — rot. et fl. succ. Tr. ar.
e) St. éc, pte Ps. Ms Es — fl. Js, ext. vert. et lat. Bs.

II. — Extentions dorsales.

Bs lev, ext. dors., Pte Ps. — élév. rap. alt. Js. (ou Ms. N. avec aide) +

III. — Suspensions.

a) Susp. transv. fl. — progr. ar., élév. alt. C.
b) Susp. obl. renv. — grimp. par 1/2 tour alt.
c) Serp. vert.

IV. — Equilibres.

Ms. N. — élév. J. av., lat., et ar.

V. — Exercices des jambes.

Ms. Es. — prog. fente obl. av., Tr. tour., ext. asym. Bs lev. ; suivi de ext. horiz. Tr.

VI. — Marches et courses.

Marche gymnastique ; course et saut de haies (1 fois par deux) ; marche chantée : la Brabançonne.

VII. — Exercices pour les épaules, nuque et dos.

Es. lev., 1/2 st. dors. horiz., app. P. — fl. et gr. fl. Tr. av.

VIII. — Exercices pour l'abdomen.

Bs lev., 1/2 st. fac., app. P. — fl. Tr. ar.

IX. — Exercices alternatifs du tronc.

Chute lat., B. lev. — éc. J.

X. — Exercices dérivatifs des jambes.

St. fl., Bs lev. — st. obl. avec éc. Bs.

XI. — Suspensions.

Grimper (échelles) avec arme.

XII. — Exercices d'application.

Equilibre élevé (n° 25), marche av., élév. alt. Gx., saut prof. app. Ms. (arme).

XIII. — Exercices pour les épaules, nuque et dos.

Fente av., arme Es — ext. Bs lev. ; suivi de fl. horiz. Tr.

XIV. — Exercices pour l'abdomen.

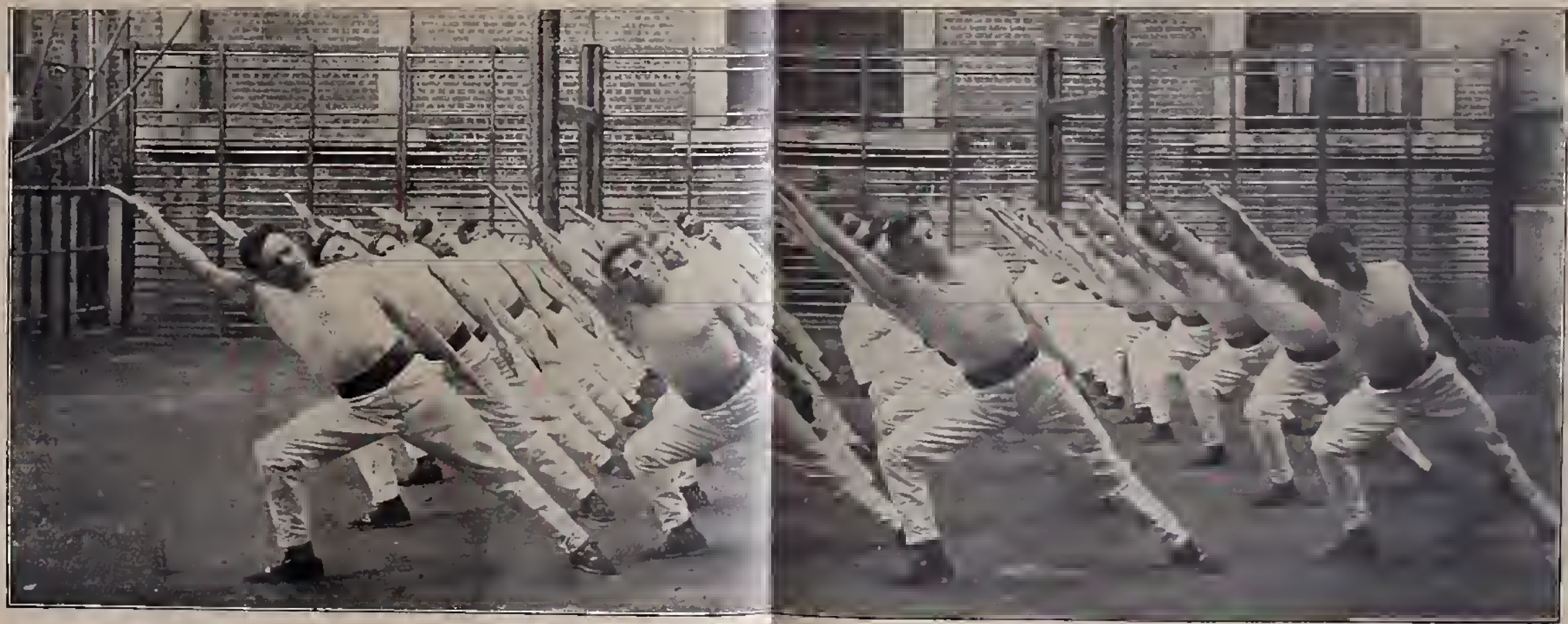
St. agen., arme N. — fl. Tr. ar. (lent. en série).

XV. — Exercices alt. du tronc.

St. éc., arme lev. — fl. lat. Tr. (en série).

(Extrait de « *Het Sweedsche stelsel van Gymnastiek* » Hubert van Blijenburgh).

Edtr W. L. et J. Brusse, Rotterdam 1910.



Musculature dorsale des élèves après dix mois d'entraînement par la méthode éducative.
(Extrait de « *L'Education physique en Suède* » par M. le Major Lefébure).

E[illegible] ublicité, Bruxelles 1908

Exercice latéral exécuté avec appui.

Congrès International
de Gymnastique
Bruxelles, les 4, 5, 6 août 1910

2me Section

BUREAU ORGANISATEUR :

Préparation militaire, Exercices d'application, Jeux éducatifs, Sports.

Président : M. K. A. Knudsen (Charlottenlund) Inspecteur général de la gymnastique au Danemark.

Vice-Présidents : M. Adolphe Chéron (Paris) Président de l'Union des Sociétés de Préparation militaire de France.
Lieutenant Grenfell (Slough), Inspecteur de la gymnastique en Angleterre.

Secrétaire-Rapporteur : M. J. Kocké, Professeur, rue du Hêtre, 209, Forest.

Questionnaire.

I. — Comment la gymnastique pédagogique de la jeunesse peut-elle contribuer à la préparation militaire au point de vue :

a) de la résistance physique ;

b) de l'esprit de discipline ;

c) de l'initiative individuelle compatible avec l'esprit de discipline précité ?

a) Opportunité et avantages de cette préparation ;

b) Tendances analogues à l'étranger ;

c) Caractère de cet enseignement ;

d) Moyens d'exécutions ;

e) Valeur du tir scolaire 1° au point de vue de l'éducation générale ; 2° au point de vue militaire.

II. A) Quelles sont les formes spéciales d'exercices de gymnastique militaire nécessaires dans les armées modernes et dans la marine ?

B) Quelles sont les formes spéciales des exercices d'application relatives à la vie professionnelle ?

a) Quels sont les exercices d'application s'appropriant aux divers âges ?

b) Quand convient-il de les introduire ?

c) Quelle est la progression à suivre ?

d) Quelles installations spéciales nécessitent-ils ?

III. Quels sont les moyens de répandre l'enseignement et la pratique des jeux à l'école ?

a) Quels sont les jeux et les sports qui conviennent pour les garçons, lesquels pour les filles ?

b) Quels sont sports à recommander : 1° avant la puberté ; après la puberté ?

c) Quelle classification convient-il d'adopter dans les jeux ? (Point de vue physiologique. Bases de cette classification).

Séance du mercredi, 3 août 1910.

Avant l'ouverture de la séance, M. Kocké, secrétaire-rapporteur, présente M. Knudsen, inspecteur général de la gymnastique au Danemark, Président de la Section. Il le remercie au nom de la « Ligue nationale belge de l'Education physique » pour son grand dévouement. Il croit pouvoir déclarer que les débats de la deuxième section seront intéressants et utiles étant donnés le caractère d'actualité des questions qui y seront discutées et la compétence exceptionnelle des personnalités qui ont bien voulu y apporter les fruits de leur science et de leur expérience.

M. Knudsen remercie les membres présents et déclare la séance ouverte.

Première Question.

Comment la gymnastique pédagogique de la jeunesse peut-elle contribuer à la préparation militaire au point de vue :

a) de la résistance physique ;

b) de l'esprit de discipline ;

c) de l'iniative individuelle compatible avec l'esprit de discipline précité ?

Rapport présenté par M. le Lieutenant KETELLE,

de la Gendarmerie Nationale.

A. *Résistance physique.*

L'armée puise sa résistance dans la jeunesse du pays. Cette jeunesse doit donc être bien entraînée. En Belgique, l'armée doit être très manœuvrière, attendu qu'elle aura toujours à combattre un ennemi supérieur en nombre. Ces résultats seront principalement atteints par une éducation physique raisonnée.

B. *Esprit de discipline*

L'ancien système de discipline, consistant à briser la volonté des hommes est actuellement abandonné. Les recrues qui auront reçu des leçons de gymnastique rationnelle seront habituées, avant leur arrivée au régiment, à exécuter ponctuellement des commandements donnés avec précision. Leurs facultés physiques, développées par les exercices corporels, augmenteront leur résistance à la fatigue et retarderont ainsi, au combat, le découragement qui précède de peu la faillite de la discipline dans les armées.

C. *Initiative individuelle.*

La gymnastique pédagogique, en s'adressant à la raison, développe le coup d'œil, la confiance en soi et la décision. Le soldat, ainsi habitué à l'obéissance, saura exécuter avec intelligence les ordres donnés. Ce sera surtout utile aux tirailleurs en ordre dispersé éloignés de leur chef, aux estaffettes et aux hommes chargés d'une mission. L'initiative personnelle faisait surtout défaut aux Russes en Mandchourie.

D. *Opportunité et avantages de cette préparation.*

La paix universelle est une utopie; un peuple qui veut exister doit se faire respecter ; pour cela, il devra être fort ; c'est donc aux jeunes générations à remplacer leurs devanciers et à faire mieux que ceux-ci.

E. *Avantages de cette préparation.*

Actuellement les recrues, à leur arrivée, n'ont aucune aptitude au métier des armes ; ils ne sont pas entraînés aux exercices phy-

siques ni habitués à la discipline ; tout est donc à enseigner en plus des matières techniques.

A tous ces points de vue, la gymnastique produirait des résultats admirables.

F. *Tendances analogues à l'étranger.*

La Suède a régénéré sa race par la gymnastique pédagogique. Le peuple anglais est naturellement sportif. La France compte de nombreuses sociétés de gymnastique conduites militairement. L'Allemagne encourage la préparation militaire.

G. *Caractère de cet enseignement.*

L'enseignement de la gymnastique pédagogique doit avoir un caractère militaire au point de vue de la discipline, du commandement, de l'exécution, de l'attention. On réagira énergiquement contre le laisser-aller.

H. *Moyens d'exécution.*

Employer les commandements militaires. Les programmes, en tant qu'ils sont compatibles avec les exigences de l'enseignement civil.

I. *Valeur du tir scolaire.*

1° Au point de vue de l'éducation générale, cet enseignement apprend à l'individu à se défendre, et cela sans blesser un innocent en employant mal une arme à feu ; il habitue au calme, exerce la vue et provoque l'émulation ;

2° Au point de vue militaire, le tir scolaire prépare, pour l'armée, des tireurs adroits et fournirait au pays, en cas de mobilisation en masse, des défenseurs sérieux.

Rapport présenté par M. J. KOCKÉ,

Professeur à Saint-Gilles-lez-Bruxelles.

Le résumé du rapport précédent, présenté avec beaucoup de compétence par M. le lieutenant Ketelle, envisage essentiellement la question au point de vue militaire. Je me propose de l'étudier — très brièvement — au point de vue de l'éducation générale de l'individu, tout en tenant compte de son passage éventuel sous les drapeaux.

Résistance physique. — La résistance physique consiste dans la faculté de retarder l'apparition de la fatigue, de pouvoir fournir une plus grande somme de travail et un travail de qualité meilleure, de mieux résister aux influences morbides. Elle est en connexion étroite avec la résistance morale résultant des diverses modalités de la volonté.

On augmentera la résistance physique en améliorant les divers appareils qui constituent la machine humaine.

La gymnastique pédagogique de la jeunesse peut améliorer ces appareils par les moyens suivants :

1° Par des mouvements appropriés au but physiologique à atteindre et dont la forme, le rythme, la répétition, l'intensité s'adaptent aux organes à développer ;

2° Par son enseignement méthodique soumis à des lois rigoureuses ;

3° Par le développement simultané et harmonique de toutes les parties du corps mises en action dans *chaque* leçon qui, pour cette raison, devra toujours être complète ;

4° Par le travail en plein air, chaque fois que la chose est possible, ce travail procurant le maximum de résultat hygiénique ;

5° Par les épreuves, très rares toutefois, qui habitueront progressivement le jeune homme à exiger de son organisme tout le rendement dont celui-ci est capable ;

6° Par l'économie dans l'effort qui sera le résultat d'un enseignement intelligent et lentement progressif, habituant l'élève à diriger tous les segments de son corps, à ne mettre en activité que les groupes musculaires indispensables, et cela dans des positions favorables ;

7° Par l'influence morale de la bonne humeur, qui doit caractériser la leçon de gymnastique ;

8° Par la propriété qu'a la gymnastique pédagogique de pouvoir se lier intimement aux sports et aux exercices d'application qui en sont la conséquence indispensable.

Esprit de discipline. — L'esprit de discipline se manifeste par l'exécution *exacte* et *immédiate* des ordres donnés.. Cependant cette précision dans l'exécution peut n'être qu'un indice superficiel et trompeur ; l'éducateur doit remonter aux sources mêmes qui engendrent la discipline *volontaire.*

1° Un des premiers facteurs de la discipline militaire est l'amour de la patrie : amour des libertés nationales, souvenir des luttes de nos ancêtres, l'attachement aux richesses matérielles et artistiques du pays, l'appréciation des institutions de la patrie, le désir de vouloir vivre de sa vie propre, selon les mœurs du pays, conformément à son éducation nationale et surtout à ses sentiments de dignité personnnelle.

La gymnastique pédagogique de la jeunesse développera ces sentiments plutôt par voie indirecte : des démonstrations, certaines cérémonies se prêtent à frapper les sentiments de nationalité et à les mettre en rapport direct et immédiat avec l'éducation morale esquissée plus haut.

Rappelons que Jahn cultivait ces sentiments notamment par les « Geländespiele » remis en honneur depuis quelque temps.

2° Le sentiment de solidarité est également un facteur important de la discipline.

Les leçons de gymnastique, mieux encore les démonstrations publiques — même sans esprit de concours — sont de nature à développer ce sentiment, surtout dans le travail par équipes ou sections. Constatons toutefois que la gymnastique d'application et les sports collectifs donneront sous ce rapport un rendement supérieur.

3° Comme le fait si judicieusement ressortir M. le lieutenant Ketelle, la confiance en soi-même renforce également l'esprit de discipline.

La gymnastique pédagogique, s'adressant à des jeunes gens, comporte de nombreux exercices qui nécessitent la mise en activité de tous leurs moyens : exercices de grimper, d'équilibre, de saut, exercices qui donnent de l'assurance et de l'audace. La confiance en soi-même engendre la confiance dans le chef qui commande et assure ainsi une discipline volontaire.

4° Les mouvements amples et énergiques ont une heureuse influence sur la formation du caractère et de la volonté ; ils habituent à la persévérance ; ces deux qualités, jointes à la confiance dans ses moyens d'action, mettront le soldat à l'abri du découragement si néfaste à la discipline.

Tout le monde sait que ces deux qualités sont aussi développées à un haut degré par la gymnastique pédagogique.

5° Je termine en faisant remarquer — comme a pu le faire tout instructeur militaire — que le jeune homme habitué aux commandements gymnastiques possède déjà l'automaticité indispensable

aux éléments d'une troupe disciplinée, qu'il a l'habitude du rang et présente un terrain bien préparé où l'instruction pourra se faire rapidement.

Esprit d'initiative. — Dans tous les pays, l'administration la plus conservatrice est celle de la guerre ; cet esprit caractérise également les règlements miltaires qui prescrivent une exécution *ponctuelle* des ordres donnés.

Cependant, les derniers règlements allemands, belges, japonais et d'autres encore laissent une certaine initiative aux chefs d'unité ; la tactique actuelle, évoluant d'après les enseignements de la guerre, tend également à accorder plus d'initiative aux hommes de première ligne ; la guerre russo-japonaise a montré la supériorité de ce procédé quand il est employé avec des soldats intelligemment instruits.

Cet esprit d'initiative ne pourra pas être développé sensiblement par la gymnastique pédagogique, puisque celle-ci prévoit des conditions d'exécution rigoureusement établies et maintient le gymnaste sous la dépendance du commandement. L'influence de la gymnastique d'application et des sports sera autrement grande et produira des résultats qu'on ne saurait obtenir sans eux. C'est pourquoi, en matière de préparation militaire, il faut leur donner une place d'autant plus grande que la gymnastique pédagogique aura donné à l'organisme des moyens d'exécution et des forces de résistance.

Mais il convient également de signaler ici que seul l'enseignement obligatoire pourra fournir à l'armée et à la société en général des hommes réellement capables de discerner, de prendre des décisions rapides et de faire preuve d'initiative dans des circonstances difficiles. Il est pénible de constater que la Belgique partage avec l'Espagne l'avantage d'accorder à ses citoyens la liberté de rester ignorants ! L'influence de l'émancipation intellectuelle s'est manifestée d'une façon tangible en Mandchourie : les soldats japonais, abandonnés bien souvent à leur seule initiative, se faufilaient adroitement, patiemment vers les lignes ennemies : ils vainquirent.

Les troupes russes, d'une bravoure pour le moins aussi grande que celle de leurs adversaires, fonçaient en rangs serrés sur les positions d'où partaient les balles semant la mort parmi ces hommes qui, froidement, avançaient, parce qu'on leur disait d'avancer ; qui ne songeaient pas même à tirer parti des abris pour se

protéger, mais qui étaient très peu aptes à fournir un effort, étant séparés les uns des autres, parce que leurs facultés intellectuelles n'étaient pas développées et que leurs qualités morales les portaient à l'héroïsme passif, résigné, non à l'audace entreprenante.

Opportunité de cet enseignement.

Dans tous les pays civilisés, l'intensité de la vie augmente et l'on constate une tendance générale à diminuer le temps de service militaire; d'un autre côté, les idées pacifistes trouvent des adeptes de plus en plus nombreux et convaincus. Cependant, le bien-être d'une nation étant intimement lié à son indépendance, et celle-ci étant à son tour en rapport direct avec la force vive que la nation est capable de produire, il est facile à comprendre que, malgré la propagande pour la paix, la diminution des charges militaires est limitée et ne pourra être effectuée que très progressivement.

Une évolution sociale naturelle ne marche d'ailleurs jamais par à-coups.

Je suis d'avis qu'une solide éducation physique de la jeunesse réalisera ce double but : diminuer le temps de service et augmenter la force productrice d'un peuple.

Mais, pour réaliser cet idéal, il faut que l'éducation physique soit intégrale et non spécialisée comme elle l'est dans presque toutes les nations.

Tendances analogues à l'étranger.

La plupart des pays civilisés font des efforts pour préparer la jeunesse à la défense nationale.

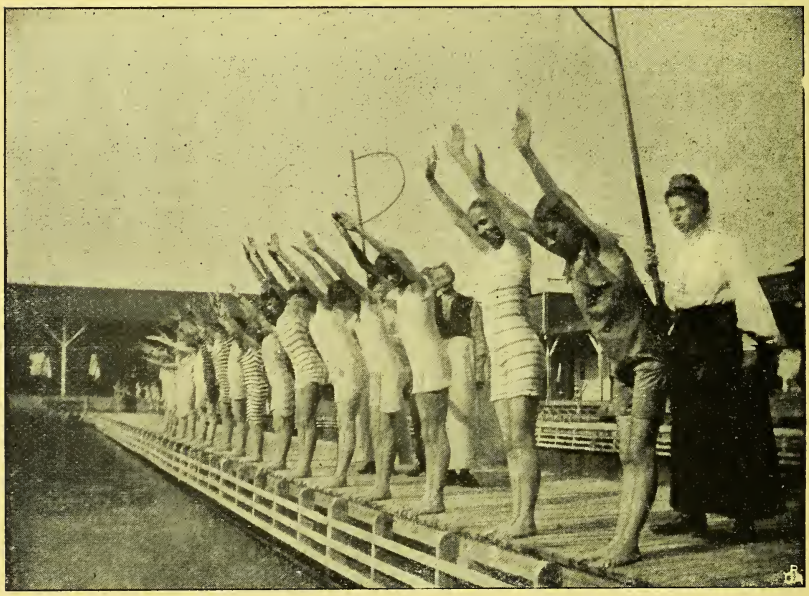
DANEMARK. — L'enseignement du tir est très répandu dans de nombreuses sociétés du pays. Environ 23,000 jeunes gens s'y livrent à la pratique de ce sport qui se fait depuis le début de cette année d'une manière méthodique et réglementée. Déjà M. le major Lefébure signale dans son ouvrage *L'Education physique en Suède* l'adresse dont les jeunes Danois font preuve au tir. Ajoutons que l'enseignement de la gymnastique y est obligatoire et dirigé dans un sens hautement pédagogique, grâce aux efforts de M. l'inspecteur Knudsen

ALLEMAGNE. — Quoique le système de la gymnastique allemande comporte beaucoup de marches et d'exercices d'ordre, l'ancien colonel Gaedke déplore l'absence presque complète de

tout effort fait pour préparer la jeunesse en vue de l'armée. M. Pfäffle, directeur d'école à Berlin, vient de publier un opuscule renfermant des indications très pratiques à ce sujet. A l'instar de ce qui se passe en Suisse, un corps de cadets (Kadettenkorps), comptant environ 100 jeunes gens, vient de se constituer à Berlin.

ITALIE. — Des tendances ont été manifestées pour faire enseigner aux élèves des écoles gouvernementales des exercices militaires et le tir à la cible. Le manque d'instructeurs possédant les notions pédagogiques insdispensables fera encore traîner la réalisation de ces projets.

DANEMARK.



Exercices d'application de la natation : Enseignement de la plonge.
(Extrait du « *Gymnastisk Aarsskrift* », Copenhague).

JAPON. — L'enseignement de la gymnastique suédoise y est obligatoire ; les élèves des écoles populaires sont exercés au tir avec des cartouches à blanc ; mais dans l'enseignement secondaire et supérieur, les exercices militaires prennent des proportions exagérées.

ANGLETERRE. — Ce pays possède encore les bataillons scolaires dont le principal exercice est constitué par le tir. Les autorités publiques et militaires ne manquent jamais d'honorer de leur présence les concours de tir et la remise des prix auxquels des subventions considérables sont accordées.

Ajoutons que la pratique des sports énergiques se pratiquant en plein air contribue beaucoup à rendre la jeunesse anglaise forte et résistante.

ROUMANIE. — A la suite d'une démonstration publique faite avec plusieurs centaines d'enfants par M. le capitaine Chiritsesco, l'éducation militaire a été rendue obligatoire dans toutes les écoles primaires, moyennes et professionnelles, tant privées que publiques.

FRANCE. — La France compte de nombreuses sociétés de préparation militaire ; on y rencontre même des sociétés d'instruction militaire dans lesquelles on pratique les mêmes exercices qu'à l'armée. Grâce aux efforts inlassables de M. Adolphe Chéron, ces sociétés ont été groupées dans une vaste Union des sociétés de préparation militaire de France présidée par M. Chéron. Cette union est parvenue à unifier dans une grande mesure les procédés d'instruction et à organiser des congrès et des concours imposants. Il est incontestable que l'œuvre de M. Chéron est celle d'un ardent patriote, dévoué aux institutions de son pays et désireux de les faire aimer par la grande masse de ses concitoyens. Toutefois, en nous plaçant à un point de vue plus général et en tenant compte de ce que toutes les races n'ont pas le même enthousiasme pour les choses militaires, nous voyons deux inconvénients au travail effectué dans ces sociétés :

1° Les travaux purement militaires ne sont pas suffisamment éducatifs au point de vue général et peuvent être remplacés par des exercices gymnastiques et sportifs d'une valeur physiologique supérieure.

2° Ces travaux, par la prépondérance qu'on leur accorde, tendent à développer l'esprit militariste à un degré qui paraîtra excessif dans beaucoup de pays.

Disons enfin que le Syndicat des tireurs français, sous la présidence de M. Th. Riboud des Avinières, fait des efforts continus pour développer la pratique du tir. Beaucoup d'instituteurs français ont instauré le tir scolaire qui compte un nombre considérable d'adeptes.

SUISSE. — Chaque ville possède un corps de cadets (Berne 250, Bâle 110) composé de jeunes gens de 11 à 20 ans. Les armes et les munitions sont fournies par le conseil fédéral, l'équipement par la municipalité. L'instruction y est donnée par des officiers et comprend le tir sous différentes formes, les mouvements en rangs serrés et même les manœuvres en terrain varié. L'après-midi du mercredi et le dimanche matin y sont consacrés à ces exercices pendant une grande période de l'année. Chaque village a son stand et, en 1908, les sociétés de tir ont brûlé 25,000,000 de cartouches. Il est à espérer que les efforts faits à Genève par Mlles Ketty et Marcelle Jentzer, Mme Ballet, et à Neufchâtel, par M. Sullivan, parviendront à faire pénétrer la gymnastique suédoise dans ce pays, de manière à assurer à la jeunesse une éducation physique plus complète.

NORVEGE. — En Norvège, l'enseignement de la gymnastique suédoise et des jeux est obigatoire. La préparation des instituteurs et des professeurs y est l'objet de soins particuliers grâce à l'initiative intelligente et énergique de M. le capitaine Louis Bentzen, commandant l'école centrale de gymnastique et inspecteur de la gymnastique dans les écoles du royaume.

Même l'enseignement du tir est obligatoire dans les écoles moyennes et supérieures et facultatif dans les écoles primaires.

La préparation des instituteurs et professeurs y est assurée par des cours divers.

SUEDE. — De même que la Norvège, et probablement d'une manière encore plus complète, la Suède prépare de longue date ses enfants à la défense du sol natal. C'est la longue durée de cette préparation, jointe au cycle complet d'exercices que comporte l'éducation physique dans ce pays, qui a permis au législateur d'abaisser à huit mois la durée du service !

Comment s'y prend-on pour arriver à ce résultat ?

En premier lieu, la leçon journalière de gymnastique, accompagnée de jeux pédagogiques est obligatoire dès les premières années de l'école primaire. La gymnastique devient de plus en plus intense au fur et à mesure que les enfants avancent en âge. Les jeux scolaires prennent graduellement un caractère sportif et le sport occupe bientôt une place importante chez le jeune Suédois dont le corps est admirablement développé et dont toutes les facultés ont été cultivées. Dès la cinquième classe de la Real schule, correspondant à notre troisième d'Athénée, les exercices

militaires sont enseignés conformément aux règlements militaires par des officiers et les instituteurs ; les élèves les plus âgés remplissent les fonctions de sous-officiers. Une grande extension est donnée au tir, qui débute par le tir à la carabine Flobert. Chaque élève tire annuellement 100 cartouches ; les élèves de réthorique emploient le fusil d'ordonnance et brûlent 50 cartouches à balle par an. Les exercices militaires s'exécutent dans ces écoles pendant deux mois à raison d'une heure par jour.

Il est probable que dans d'autres pays ce système subirait le sort qu'ont eu les bataillons scolaires en Belgique et en France ;

DANEMARK.

Le plongeon classique.
(Cliché danois).

mais, à en croire un critique érudit, le Dr Schmidt (Bonn), dont nous tenons les renseignements précédents, l'éducation raisonnée des enfants suédois est telle que le spectateur est impressionné par la gravité et la conviction avec lesquelles les élèves exécutent les exercices qu'on leur a appris à considérer comme étant utiles à leur pays.

Ces exemples montrent que tous les pays de civilisation s'occupent de l'éducation de la jeunesse en vue du service militaire.

Seule la Belgique, endormie par une longue période de paix, est restée indifférente à ce sujet et n'a jamais envisagé sérieusement cette question. Tout au plus s'en est-on occupé depuis un ou deux ans, et jusqu'à ce jour,on ne peut citer comme essai méthodique et sérieux que le cours organisé à Saint-Gilles en 1908 par la *Ligue nationale de l'éducation physique* (professeur M. Kocké) et maintenu depuis à titre officiel par l'administration communale, grâce à l'initiative éclairée de M. Devogel, directeur des écoles de ce faubourg.

Depuis un an il s'est créé, sur l'initiative de M. Fraikin, professeur à Morlanwelz, une Union des sociétés de préparation militaire de Belgique, qui a pour but de grouper toutes les sociétés s'occupant de cette partie et d'unifier autant que possible le travail.

Caractère de cet enseignement. — Contrairement à l'opinion encore trop étendue, je pense qu'il ne faut pas spécialiser quand on se propose d'éduquer les jeunes gens en vue de l'armée. N'oublions pas que ce sont des organismes en pleine croissance inaptes à l'entraînement militaire et susceptibles de se déformer facilement.

N'oublions pas non plus qu'il s'agit de faire œuvre d'éducation et non pas de dressage; qu'il faut surtout développer la volonté, l'audace et la discipline.

On peut donc se proposer comme objectif principal :

1° De favoriser le développement normal du jeune homme ;

2° De combattre les déformations qu'entraînent les occupaitons professionnelles ;

3° De diriger l'enseignement dans un sens tel qu'il prépare le jeune homme à recevoir rapidement une instruction et une éducation militaires.

Moyens d'exécution. — Les moyens de mettre ces idées à exécution sont de deux sortes : directs et indirects.

Comme moyens directs, il convient de citer le cycle d'exercices constitué par la gymnastique pédagogique, la gymnastique d'application, les jeux sportifs et les sports en accordant une place très grande au tir.

Comme moyens indirects, il y a lieu de créer des sociétés et des cours privés ou publics de préparation militaire ; de créer des cours destinés à former des professeurs. Il serait souhaitable que les autorités publiques, les sommités militaires et pédagogiques

s'intéressassent directement et activement à cette œuvre qui est essentiellement éducative. C'est pourquoi des conférences et des démonstrations peuvent, dans certains pays, constituer le premier pas vers la mise en pratique de ces idées.

Valeur du tir scolaire. — 1° Au point de vue de l'éducation générale.

Par l'aperçu qui précède, on constate que partout où l'idée de la préparation militaire a été réalisée, on attache une importance très grande au tir.

Grâce à l'appui bienveillant de M. Devogel, directeur des écoles à Saint-Gilles, j'ai pu faire une série d'expériences pratiques concernant le tir scolaire ; ces expériences me permettent d'attribuer au tir scolaire les avantages suivants : Il constitue, avant tout, un excellent exercice d'adresse qui permet d'éduquer la respiration, la vue et l'attitude générale des écoliers; il constitue, en outre, un dérivatif attrayant aux occupations sédentaires de l'école. Il habitue les élèves à l'observation, au raisonnement, à l'initiative, exerce puissamment la faculté de différencier les actes nerveux et de se dominer. Il habitue les élèves à la précision dans leurs actes, exerce la volonté, la persévérance et fait naître la confiance en soi-même; c'est un moyen de rendre l'enfant conscient de sa force et de lui inculquer le sentiment de la responsabilité et de la prudence.

2° Au point de vue militaire.

Plusieurs spécialistes militaires, notamment M. le capitaine A.-E.-M. Bremer, estiment que le tir de guerre doit devenir un acte réflexe, il faut qu'il soit répété un nombre considérable de fois, qu'il ait été enseigné pendant la jeunesse et qu'il ait été entretenu constamment. Ces conditions ne peuvent être remplies que si cet enseignement a été esquissé méthodiquement dès l'âge d'école. De plus, le tir est un excellent moyen de soumettre le corps à la volonté, de discipliner l'individu; le tir par équipe développe hautement l'esprit de solidarité. Pour ces motifs, le tir possède une influence disciplinante, qualité indispensable au bon soldat.

Enfin, il est indéniable que la recrue, sachant bien tirer lors de son incorporation, ne devra plus consacrer un temps infini aux nombreux exercices préliminaires qui précèdent le premier coup de feu.

CONCLUSIONS.

L'exposé qui nous venons de faire de l'état actuel de l'éducation préparatoire au service militaire et des travaux qu'elle comporte, nous amène aux conclusions suivantes :

a) La gymnastique pédagogique de la jeunesse peut augmenter considérablement la résistance physique des futurs soldats;

b) Par son influence sur la formation du caractère et par l'exécution ponctuelle des commandements elle contribue puissamment à développer l'esprit de discipline;

c) L'initiative individuelle, tout en étant secondée par la gymnastique pédagogique, est surtout développée par la gymnastique d'application et les sports ;

d) La préparation militaire, en assurant l'éducation physique générale de l'individu, est utile à la nation ; elle est utile à l'armée et peut contribuer à diminuer les charges militaires;

e) La plupart des nations envisagent ce problème, mais, seules, la Suède et la Norvège l'ont résolu dans sa formule la plus complète;

f) L'éducation physique de la jeunesse doit avant tout assurer le développement corporel intégral de l'individu et, secondairement, envisager la formation du futur soldat;

g) Pour atteindre ce but, il convient de pratiquer un cycle d'exercices basés sur la gymnastique de Ling et comprenant : la gymnastique pédagogique, la gymnastique d'application, les jeux sportifs, le tir, y compris le tir scolaire;

h) Il est préjudiciable de se livrer, pendant l'adolescence, à quelques-uns de ces exercices à l'exclusion de certains autres, parce que toute spécialisation déforme et parce qu'on néglige ainsi le développement intégral;

i) Cet ensemble doit être réduit au minimum afin de pouvoir être enseigné à la grande masse et afin de faciliter la formation des professeurs et instructeurs;

j) Les milieux les plus propices à une propagande dans ce sens semblent être les sociétés post-scolaires;

k) Les écoles et sections normales devraient préparer les instituteurs et les régents à donner cet enseignement;

l) En attendant, des cours temporaires pourraient être organisés pour mettre au courant les instituteurs et les moniteurs de gymnastique désireux de donner un enseignement préparatoire au service militaire;

m) Dans les pays où le service général n'existe pas, il serait

souhaitable que tous les instituteurs fissent un séjour à l'armée, ne fût-ce que pendant un temps très réduit;

n) Tout en laissant à l'éducation prémilitaire son caractère facultatif, il y a lieu de signaler l'importance de cet enseignement aux pouvoirs publics et de solliciter leur intervention.

RÉSUMÉ DE LA DISCUSSION.

M. Kocké (Saint-Gilles) donne lecture des rapports présentés.

M. Adolphe Chéron (Paris). — L'honorable M. Kocké, dans le remarquable rapport dont vous avez écouté la lecture, signale ce qu'il appelle deux inconvénients du travail effectué dans les sociétés françaises de préparation militaire. Je voudrais fournir quelques indications qui lui permettront de réformer son jugement et par lesquelles vous verrez que les inconvénients signalés n'existent pas.

A la crainte que les travaux des sociétés françaises ne soient pas suffisamment éducatifs, je réponds que le programme des sociétés qui s'efforcent d'être les collaboratrices de l'autorité militaire comprend essentiellement la pratique des exercices prescrits par le règlement d'éducation physique de l'armée. L'*Union des sociétés de préparation militaire de France* donne la première place à la leçon de gymnastique ; d'une façon générale, les sociétés se conforment à cette manière de voir. Elles ont été ainsi, par leur rayonnement, les agents actifs de la vulgarisation dans la nation des procédés rationnels. La préparation technique se limite à quelques applications reconnues utiles : la marche et l'équitation, le tir, le grimper et le franchissement des obstacles, les courses et les sauts, la natation, etc.

Sur le second point, vous devez être rassurés. Dans leur préparation morale, nos sociétés restent fidèles à tout ce qu'il y a de juste et de bon, c'est-à-dire de vraiment humain, dans les traditions de la France. Si elles développent, chez nos jeunes hommes, la conscience des devoirs du citoyen, comme vous développez, chez les vôtres, la connaissance de ce qu'ils doivent à vos grandes nations, elles n'en restent pas moins d'esprit pacifiste. *(Approbation.)*

M. Kocké (Saint-Gilles) remercie M. Adolphe Chéron de ses explications et dit qu'il est heureux d'approuver entièrement, au nom de tous les éducateurs et pédagogues attachés à ces questions, l'*Union des sociétés de préparation militaire de France* dans l'œuvre excellente qu'elle édifie.

M. le Dr Meyers (Amsterdam). — Ce qui m'a frappé le plus dans l'excellent rapport de M. Kocké, c'est que, dans la plupart des pays dont il a étudié les exercices de préparation militaire, on attache tant de valeur aux exercices spécialement militaires et au tir plutôt qu'au développement physique proprement dit.

En Hollande, et je crois que c'est aussi le cas en Allemagne, on croit que les exercices de gymnastique doivent précéder les exercices militaires, et que la meilleure préparation qu'on puisse donner aux conscrits afin de les faire profiter de leur service militaire, c'est de leur donner une bonne éducation physique.

Je pense, et c'est une conviction qui se base sur quinze années d'expérience, qu'il n'est pas bon de mettre une arme à feu entre les mains d'un garçon ayant moins de seize ans. La preuve que je dis vrai, c'est que dans la plupart des pays toutes les tentatives pour former des bataillons scolaires ont entièrement échoué.

En Hollande notamment, lors de la formation d'une association pour la défense nationale, nommée « Volksweerbaarheid », on s'est efforcé d'éliminer du programme les exercices militaires proprement dits et on a voulu répandre dans tout le pays les principes de l'éducation physique et de la défense nationale plutôt par les jeux et les exercices gymnastiques que par des jeux soldatesques.

L'association « Volksweerbaarheid » est composée en grande partie des gens du peuple qui pratiquent la gymnastique et les jeux, et si les exercices militaires y ont pénétré, c'est bien malgré l'intention de ceux qui ont été les promoteurs de l'idée de la défense nationale.

A côté de cette association, qui poursuit un but principalement théorique et patriotique, il existe en Hollande des corps de volontaires qui sont organisés sur le modèle de l'armée et dont quelques-uns, notamment la *Koninklijke Nederlandsche Weerbaarheidsvereeniging*, qui s'évertue à former les cadres, ont atteint une perfection considérable.

En ce qui concerne l'éducation physique, nombre de sociétés de gymnastique pratiquent la méthode allemande de Guts Muths-Jahn-Spiess, dont le caractère nous a été dépeint d'une manière si excellente par M. Sluys, dans son discours d'ouverture du Congrès. Ces sociétés ont formé la « Ligue néerlandaise de gymnastique » (Nederlandsch Gymnastiek Verbond).

La Hollande compte, en outre, beaucoup de sociétés de sport. Les clubs de football notamment sont très prospères.

C'est pour réunir tous ces efforts dispersés que quelques officiers de l'armée hollandaise ont pris l'initiative de fonder en 1908 la « Ligue néerlandaise de l'Education physique » (Nederlandsche Bond voor Lichamelijke Opvoeding). Cette association, qui s'occupe de tous les exercices physiques, est déjà parvenue à grouper toutes les sociétés de sport et de gymnastique du pays. Son but est d'intéresser une grande partie de la population à la question de l'éducation physique et, comme conséquence, à la préparation militaire des 17,500 jeunes gens que l'armée recrute annuellement.

C'est ainsi que la préparation militaire en Hollande se base surtout sur l'éducation physique proprement dite, avec l'aide des sociétés citées et que les exercices militaires n'y jouent qu'un rôle secondaire.

M. Kocké, rapporteur (Saint-Gilles). — Il est à remarquer que l'organisation de la préparation militaire en Hollande, telle que vient de nous la dépeindre en termes aussi clairs que précis M. le Dr Meyers, présente en premier lieu l'inconvénient de ne pas assurer le développement harmonique de l'adolescent : les gymnastes feront de la gymnastique allemande et risqueront fort de se spécialiser trop dans leurs exercices favoris ; plus grave encore sera le danger couru par les jeunes sportsmen qui, à de très rares exceptions près, ne cultiveront qu'un ou deux sports, leurs sports de prédilection ; dans les deux cas, nous nous trouvons devant des inconvénients, plus graves qu'on ne pense au point de vue du développement physiologique de l'individu, causés par des exercices ou des sports à effets localisés et toujours déformateurs. Par plusieurs années d'expérience, je ne sais que trop bien qu'il sera extrêmement difficile d'amener la jeunesse à la pratique simultanée d'un *groupe* d'exercices et de sports assurant dans une large mesure son développement harmonique ; mais je pense que les efforts des éducateurs et des propagandistes doivent cependant tendre vers cet idéal.

En second lieu, j'estime, avec M. le Dr Meyers, qu'il convient de ne pas enseigner le maniement des armes aux garçons avant seize ans ; personnellement, je suis d'avis qu'il ne faut pas même

en faire du tout avant que le jeune homme ne soit à l'armée : on peut employer plus utilement, à des exercices réellement éducatifs, le temps qu'on y consacrerait.

Quant à l'emploi de la carabine ou du fusil comme *arme de tir*, je pense qu'on peut, même dès la sixième année d'études primaires, y recourir avec fruit. On utilisera l'arme de tir dans un but d'éducation générale, et cela en se tenant exclusivement sur le terrain pédagogique, sans préoccupation militaire aucune.

L'expérience personnelle m'a prouvé que le tir scolaire, envisagé de cette façon et enseigné suivant les principes d'une saine pédagogie, présente des avantages sérieux au point de vue de la culture physique, du développement intellectuel et de l'éducation morale.

M. le lieutenant-colonel Schotman, directeur de l'Ecole normale de tir, de gymnastique et d'escrime (La Haye). — In de Militiewet van 1901 is bepaald, dat zij, die voldoen aan bepaalde eischen van lichamelijke geoefendheid en militaire bekwaamheid, kunnen worden ingelijfd voor verkorten oefentijd, en de keuze van Korps en Garnizoen hebben.

Dit geldt voor de onbereden troepen.

Bij Koninklijk Besluit van 17 Mei 1907 (Staatsblad n° 104) is bepaald, dat de eischen, zooeven bedoeld zullen zijn :

I. — Twee staafoefeningen, te weten :

Met de staaf in beide handen horizontaal omlaag :

a) Armen voorwaarts hoog heffen ;

b) Beenen diep buigen ;

c) Armen voorwaarts omlaag brengen, beenen strekken en met het linkerbeen overstappen tot beenplaatsen voorwaarts ;

d) Terug overstappen tot stand ;

e — h) Als *a — d* doch overstappen met het andere been.

II. — *a)* Beenen diep buigen, armen voorwaarts heffen ;

b) Linkerbeen zijwaarts strekken en plaatsen ;

c) Linkerbeen aansluiten tot beenen diep buigen ;

d) Rechterbeen zijwaarts strekken en plaatsen ;

e) Rechterbeen aansluiten tot beenen diep buigen ;

f) Stand.

III. — Één Meter hoog springen. Twee sprongen, éénmaal links en éénmaal rechts afstootend.

Bij den afstoot links is de rechter — en bij den afstoot rechts de linkerhand belast met één staaf van 3 kg.

IV. — 3,5 Meter ver springen.

Twee sprongen ; afstoot vrij. Één der handen is met één staaf van 3 kg. belast.

V. — 5 Meter hoog klimmen aan één vrij hangend touw van 0,03 à 0,04 M. dikte met behulp van de beenen.

VI. — 1,50 Meter hoog springen met den pols zonder plank of matras. (De plaats waar afgestooten wordt moet hard, die waar neergesprongen wordt zacht zijn.)

VII. — 4 Meter ver springen met den pols (aanloop en afstoot vrij).

VIII. — 100 Meter afleggen binnen 16 seconden (moet van uit de stilstaande houding begonnen worden).

IX. — 3 1/2 minuut achtereen looppas, waarbij minstens 500 Meter wordt afgelegd.

X. — Één gewicht van 30 Kg. uit de houding : armen gebogen naast de schouders omhoog brengen, 6 maal.

De oefeningen worden uitgevoerd in gewone kleeding zonder overjas. Bij het springen en klimmen wordt het dragen van één hoofddeksel vrijgelaten.

Ten einde de aanstaande lotelingen deze oefeningen te leeren, heeft het Legerbestuur verschillende cursussen gevormd, onder leiding van officieren, die aan de Normaal Schietschool, afdeeling Gymnastiek, zijn opgeleid, bovendien worden door het Nederlandsch Gymnastiek Verbond cursussen gehouden met hetzelfde doel.

In het leger worden jaarlijks daartoe geschikte miliciens, liefst die welke onderwijzer of aspirant-onderwijzer zijn, in één of meer cursussen, welke 2 maanden duren, vereenigd, en wordt hun speciaal het onderwijs in die oefeningen gegeven ; maar bovendien wordt getracht hun zooveel gymnastische vaardigheid en geschiktheid als onderwijzer bij te breggen, dat zij — teruggekeerd in de plaats hunner inwoning — het initiatief zullen en kunnen nemen om clubs op te richten en om de leiding van gymnastiek en spel op zich te nemen.

Eene nauwkeurige controle wordt uitgesofend om de resultaten van dezen maatregel te kennen.

Voorts is in Art. 14 van het Koninklijk Besluit van 8 Mei 1906,

N° 96, voor het *Reservekader* der Infanterie en der Vesting-Artillerie bepaald, dat het getuigschrift, strekkende tot toelating bij deze categorie van militairen op door of vanwege den Minister van Oorlog te regelen wijze uitgereikt wordt aan hem, die voldaan heeft aan de eischen van lichamelijke geoefendheid, welke door den Minister voornoemd worden vastgesteld.

Een gelijkluidende bepaling is in Art. 13 van het Koninklijk Besluit van 31 October 1906, N° 27, vastgesteld voor toetreding tot het Reservekader van de Genie.

De in verband hiermede voorgeschreven eischen van lichamelijke geoefendheid zijn vastgesteld bij de Beschikking van den Minister van Oorlog, d. d. 2 Juli 1906, IIde Afd., N° 9, en luiden :

Staafoefeningen : Als voor de militie (zie vorige bladzijde).

Loopen : *a*) Duurloop. Als voor de militie ;

b) Snelloop. Als voor de militie doch 100 M. af te leggen binnen 20 seconden.

Springen : A. Vrijspringen. Als voor de militie, doch :

a) hoog 0,80 M. ;

b) ver 2,75 M. ;

B. Polsstokspringen. Alleen ver 3,50 M. Aanloop en afstoot vrij.

Klimmen : Als voor de militie.

Kleeding : Als voor de militie.

N.-B. — Het gewichtheffen wordt niet geeischt.

Traduction du discours de M. le lieutenant-colonel Schotman, directeur de l'Ecole normale de tir, de gymnastique et d'escrime (La Haye).

La loi sur la milice de 1901 stipule que ceux qui satisfont à des épreuves déterminées d'éducation physique et de capacité militaire peuvent être incorporés pour une période d'exercice réduite et auront le choix du corps et de la garnison. Ceci concerne les troupes à pied.

L'Arrêté royal du 17 mai 1907 (*Moniteur* n° 104) détermine que les épreuves précitées seront :

I. — Deux exercices avec canne en fer, savoir :

La canne tenue horizontalement des deux mains :

a) Elever verticalement les bras en avant ;

b) Fléchir profondément les jambes ;

c) Abaisser les bras en avant et puis vers le bas, étendre les jambes et passer la jambe gauche par-dessus la canne en prenant la station avancée.

d) Reprendre la position ;

e — h) Comme *a — d*, mais passer l'autre jambe.

II. — *a)* Fléchir profondément les jambes et lever les bras en avant ;

b) Etendre et poser la jambe gauche latéralement ;

c) Ramener la jambe gauche en flexion profonde des jambes ;

d) Etendre et poser la jambe droite latéralement ;

e) Ramener la jambe droite en flexion profonde des jambes ;

f) Position.

III. — Sauter un mètre. Deux sauts, alternativement du pied gauche et du pied droit.

Au départ du pied gauche, la main droite est chargée d'une barre de 3 kg. et réciproquement.

IV. — Saut en longueur, 3,50 mètres.

Deux sauts ; départ libre. L'une des mains est chargée d'une barre de 3 kg.

V. — Monter à une hauteur de 5 mètres à une corde pendant librement, d'une épaisseur de 0,03 à 0,04 m., en s'aidant des jambes.

VI. — Saut à la perche : franchir 1,50 m. sans tremplin ni matelas. (L'endroit d'où l'on part doit être dur, celui où l'on arrive doit être mou.)

VII. — Saut à la perche : longueur 4 m. (Elan et départ libres.)

VIII. — Parcourir 100 m. en 16 secondes. (En partant de la position immobile.)

IX. — Trois minutes et demie consécutives de pas de course, pendant lesquelles on parcourt au moins 500 mètres.

X. — Etant en position, élever un poids de 30 kg. en passant près des épaules, les bras fléchis, six fois.

Les exercices s'exécutent en tenue ordinaire, sans pardessus. Le port d'une coiffure est facultatif pour les sauts et les exercices de grimper.

Afin d'enseigner ces exercices aux futures recrues, le Département de la Guerre a organisé différents cours, sous la direction d'officiers, qui ont été formés à l'Ecole Normale de Tir, division Gymnastique. En outre, la Ligue Néerlandaise de Gymnastique organise des cours dans le même but. Dans l'armée, on réunit annuellement les miliciens qui ont des dispositions, de préférence les instituteurs ou aspirants instituteurs, dans un ou plusieurs cours d'une durée de deux mois, et on leur enseigne spécialement ces exercices ; on s'efforce en outre de leur faire acquérir autant que possible de l'habileté gymnastique et de l'aptitude comme instructeur, pour que, retournés dans leurs foyers, ils puissent prendre l'initiative d'organiser des clubs et de diriger l'enseignement de la gymnastique et des jeux.

Un contrôle minutieux est exercé pour connaître les résultats de cette mesure.

L'article 14 de l'Arrêté royal du 8 mai 1906, n° 96, concernant le *Cadre de réserve* de l'Infanterie et de l'Artillerie de forteresse prescrit que le certificat d'admission à cette catégorie de militaires est délivré, de la manière à prescrire par le Ministre de la Guerre, à celui qui a satisfait aux épreuves d'éducation physique à déterminer par le Ministre.

Une stipulation analogue se trouve dans l'article 13 de l'Arrêté royal du 31 octobre 1906, n° 27, concernant l'admission dans le Cadre de réserve du Génie.

Les épreuves correspondantes d'éducation physique sont déterminées par décision du Ministre de la Guerre, du 2 juillet 1906, IIme division, n° 9, et comportent :

Exercices de canne : Comme pour la milice. (Voir plus haut.)

Courir : *a*) Course de fond ; comme pour la milice ;

b) Course de vitesse ; comme pour la milice, mais parcourir 100 m. en 20 secondes.

Sauter : A. Sauts libres : comme pour la milice, mais :

a) en hauteur 0,80 m. ;

b) en longueur 2,75 m.

B. Saut à la perche. En longueur seulement, 3,50 m. Elan et départ libres.

Grimper : Comme pour la milice.

Tenue : Comme pour la milice.

N.-B. — L'élévation du poids n'est pas exigée.

La discussion des divers points de la première question pouvant être considérée comme terminée, M. le Président invite M. Kocké, rapporteur, à rédiger ses conclusions.

Pendant ce temps, MM. Chéron et Binet soumettent aux membres de la section le vœu suivant, voté au Congrès mondial de Mons en 1905 et que M. le Dr Tissié (Pau) les a priés de bien vouloir soumettre au vote du présent Congrès.

VŒU :

« Dans la pratique des exercices corporels, on recherchera de préférence les moyens dont la valeur, au point de vue de l'hygiène, de l'esthétique, de l'économie des forces et de l'effet moral, aura subi le contrôle expérimental, uni à l'analyse scientifique ;

» On s'inspirera d'une méthode fondée sur la connaissance physiologique du corps humain, dont Ling a été le principal initiateur. »

Après lecture, le texte est soumis à la signature des membres de la deuxième section. Tous les membres le signent, sauf M. Devaleriola, président de la société de gymnastique « La Fraternelle » (Bruxelles), qui déclare qu'il croit de son devoir d'éclairer ses collègues sur les motifs qui l'empêchent de signer avec eux le texte présenté. Il est délégué d'un organisme où l'on ne pratique pas la méthode de Ling. En outre, il croit que, pour que les travaux ne perdent pas leur caractère d'utilité immédiate, il ne faudrait pas spécifier de nom de créateur ou de nom de système. Chaque pays appliquerait ainsi les décisions votées, en se basant sur le système de gymnastique qu'il pratique.

M. le lieutenant Van Blijenburgh (La Haye) croit que souvent les adversaires de la méthode suédoise voient dans la seconde partie du vœu quelque chose qui n'y est pas. La seconde partie ne change rien au principe même, exprimé dans la première. C'est simplement une question d'honnêteté que de reconnaître que Ling a été le principal initiateur ; cependant, si quelqu'un peut en nommer un autre, qui aurait fondé ou contribué à fonder aussi une méthode, basée sur la connaissance physiologique du corps humain, qu'il le fasse et on insèrera son nom à côté de celui de Ling.

M. Devaleriola se refuse à entamer le fond de la question. Il répète qu'il n'a voulu qu'une chose : donner à ses collègues, par déférence pour eux, le motif de son abstention.

Il assiste au Congrès, non pour y faire prévaloir un système, mais pour s'éclairer et s'instruire. D'ailleurs, le règlement du Congrès est formel : les travaux doivent se rapporter exclusivement au système de Ling.

Personne ne citant un autre nom, la seconde partie du vœu est maintenue telle qu'elle est proposée.

M. Kocké ayant donné la traduction néerlandaise du vœu proposé, M. le lieutenant-colonel Schotman exprime le désir de retirer la signature déjà donnée.

M. Chéron (Paris) estime qu'il serait utile de procéder au vote du vœu partie par partie.

On met aux voix la première partie ainsi libellée : « Dans la pratique des exercices corporels, on recherchera de préférence les moyens dont la valeur, au point de vue de l'hygiène, de l'esthétique, de l'économie des forces et de l'effet moral, aura subi le contrôle expérimental, uni à l'analyse scientifique. »

Cette partie du vœu est admise à l'unanimité.

La deuxième partie est conçue comme suit : « On s'inspirera d'une méthode basée sur la connaissance physiologique du corps humain, dont Ling a été le principal initiateur. » Elle rencontre l'adhésion de tous les membres de la section, sauf celles de M. Devaleriola et de M. le lieutenant-colonel Schotman.

La discussion se rouvre sur cette question de méthode ainsi soulevée. Toutefois, elle est rapidement close sur la proposition faite par M. le président Chéron, et admise à l'unanimité, de renvoyer le vœu à la section de pédagogie, celle-ci étant plus spécialement qualifiée pour le discuter et le présenter ensuite au vote de l'assemblée générale.

M. Kocké, rapporteur, donne lecture des conclusions :

« Le Congrès,

» Considérant que la gymnastique pédagogique peut augmenter considérablement la résistance physique des adolescents et qu'elle contribue puissamment à développer l'esprit de discipline ;

» Considérant que le but essentiel de cette éducation doit être

avant tout d'assurer le développement corporel intégral de l'individu et, partant, d'envisager la formation du futur soldat ;

» Estime que, pour atteindre ce but, il convient de pratiquer un cycle d'exercices basés sur les principes scientifiques et comprenant : la gymnastique éducative, la gymnastique d'application, les jeux sportifs, le tir, y compris le tir scolaire ;

» Emet le vœu :

» 1° De voir organiser et multiplier les cours officiels et les sociétés ayant pour but la pratique de ce cycle d'exercices ;

» 2° De voir les écoles normales et les sections normales préparer les futurs professeurs à donner cet enseignement ;

» 3° De voir organiser, dans le même but, des cours pour la formation des instructeurs ;

» 4° De voir les pouvoirs publics s'intéresser directement à cette œuvre qui a à la fois une portée nationale et une utilité sociale. »

Les vœux proposés sont admis à l'unanimité.

Séance du jeudi, 4 août, matin.

Deuxième Question

A. Quelles sont les formes spéciales d'exercices de gymnastique militaire nécessaires dans les armées modernes et dans la marine ?

B. Quelles sont les formes spéciales des exercices d'application relatives à la vie professionnelle ?

La séance est présidée par M. Chéron, vice-président, M. le président Knudsen ayant été appelé à participer momentanément aux travaux d'une autre section.

Les membres de la section ayant eu le temps d'étudier le rapport présenté, par M. Kocké, rapporteur, celui-ci donne lecture des conclusions de son rapport en les accompagnant de quelques explications. Faisant ressortir la corrélation qui existant entre les exercices d'application et la gymnastique pédagogique qui en est la base, le rapporteur signale en outre l'attrait particulier que présentent les exercices d'application, qui nécessitent, de la part du professeur, une progression très lente, chose que

l'on perd souvent de vue ; il termine en exprimant l'avis qu'il ne faut pas donner à l'éducation pré-régimentaire le caractère d'une instruction *militaire*, celle-ci étant du ressort de l'officier,

---

Rapport présenté par M. KOCKÉ,

Professeur à Saint-Gilles-lez-Bruxelles.

A.

Armée. — Les exercices qui doivent être exécutés par les soldats en campagne peuvent se résumer comme suit : marches, sauts, courses, escalades, entraînement au tir, natation et transports de fardeaux divers.

Les *marches* s'exécutent en terrain plat ou accidenté, par bons et mauvais chemins, la plupart du temps avec armes et bagages ; leur durée est progressivement augmentée. Elles doivent se caractériser par une grande célérité, étant donné que la mobilité est une des qualités essentielles d'une armée. Souvent aussi, les marches devront s'exécuter dans des conditions pénibles au point de vue de la fatigue, de l'alimentation et de l'état moral de la troupe.

Les *sauts* d'obstacles différents, fossés, murs, haies, etc., s'effectueront essentiellement avec l'aide des bras et des mains, mais presque toujours sans se dessaisir de l'arme, sauf pour les escalades et certains sauts en profondeur.

Les troupes montées se livrent, en outre, constamment à des exercices de voltige sous l'une ou l'autre forme.

La marche et les sauts alternent parfois avec la *course*, notamment dans les mouvements de la chaîne des tirailleurs et dans l'assaut. Il est à remarquer toutefois que, pour conserver au soldat tous ses moyens d'action, on progresse par bonds plutôt que par une course de durée qui nuirait considérablement à la précision du tir et à l'énergie du combat. L'instruction belge sur le combat prescrit de ne commencer l'assaut qu'à 200 mètres au maximum ; dans certaines armées même la fraction de troupes désignée pour l'assaut dépose le sac avant de charger.

Le service de reconnaissance, l'attaque et la retraite par petites fractions, nécessitant une mobilité extrême, comportent une foule d'exercices désignés sous le nom de *passage d'obstacles ;* souvent ces exercices exigent l'assistance mutuelle par groupes de trois ou quatre hommes ; c'est notamment le cas chaque fois qu'il s'agit

d'escalader un mur ou une palissade d'une hauteur plus élevée que la taille d'un homme. Il sera aussi nécessaire de grimper au sommet des arbres, au faîte des maisons, parfois même on s'aidera de cordes pour passer des obstacles et, comme le constate le lieutenant Ketelle, presque toujours ces cordes seront minces et non pas grosses comme les cordes utilisées au gymnase.

La *natation*, sous différentes formes, sera appliquée dans la traversée de cours d'eau, dans la construction de ponts; elle est donc d'une utilité constante aux troupes du génie. Dans l'armée allemande notamment les soldats sont exercés à nager complètement équipés. Les exercices de sauvetage trouveront bien souvent leur application à la guerre.

L'exercice capital pour les armes montées est naturellement l'*équitation;* je pense que les officiers de cavalerie sont unanimes à dire qu'à de très rares exceptions près, ils préfèrent enseigner l'équitation à des recrues qui n'ont jamais monté à cheval.

Le *transport de fardeaux* peut être appliqué dans la mise en défense d'une localité ou d'un bâtiment à utiliser comme ouvrage de défense passagère.

L'instruction méthodique du tir comporte nécessairement une série d'*exercices préparatoires* préconisés par le major Lefebure (*Méthode de gymnastique éducative*), et des exercices d'*isolation des groupes musculaires* de la main. (Commandant Henrion.)

Dans toutes les armées européennes l'escrime à la baïonnette est prévue par les règlements, mais telle qu'elle se pratique — sauf en Suède — elle ne peut être considérée que comme exercice d'assouplissement.

M. le lieutenant Van Blyenburgh (La Haye) estime que l'escrime à la baïonnette devrait être simplifiée et se rapprocher davantage de la réalité du combat.

Marine. — Les sauts, les diverses modalités du grimper, l'escalade et le passage d'obstacles de toute nature trouvent une application constante dans la carrière du marin. Ici ce sont surtout les bras et les mains qui fourniront le plus grand effort. Mais il est à remarquer que bien souvent ces exercices seront rendus extrêmement difficiles, voire même périlleux à cause de la hauteur souvent très grande à laquelle se trouvent les vergues où s'exécutent les manœuvres, du mouvement brusque et irrégulier du bâtiment, des conditions pénibles causées par le froid, l'obscurité, le vent et la tempête.

En dehors de ces mouvements nécessités par le service du navire, il est encore à remarquer que les travaux des marins revêtent souvent le caractère des manœuvres de force de l'artillerie.

B.

Si nous observons de près le travail des peintres, des plombiers zingueurs, des couvreurs, des charpentiers, des ouvriers du téléphone, nous remarquerons que la difficulté de leur tâche est constituée par l'élévation considérable du lieu de leur travail et le peu de place dont ils disposent. Ils doivent, en outre, bien souvent effectuer leurs travaux dans des attitudes fatigantes.

Les conducteurs d'automobiles, de camions à allure rapide, les cochers ont souvent à compter avec les passages étroits, les descentes et les obstacles qui viennent brusquement entraver leur course ; ils devront donc savoir prendre rapidement une décision et faire preuve d'initiative.

Au point de vue de la forme, ces mouvements peuvent être classés parmi les exercices de suspension (grimper) et les exercices de déplacement en équilibre élevé ; divers modes de rétablissement à la force des bras pourront être pratiqués utilement, et, pour leur donner un caractère pratique, on peut les exécuter aux rebords des galeries ou des murs ou à des engins qui y ressemblent.

Souvent quelques segments du corps assurent à l'ouvrier la stabilité pendant que d'autres segments effectuent le travail professionnel ; dans certains cas, le transport de fardeaux s'effectue dans des conditions d'équilibre très difficiles (débardeurs, meuniers, manœuvres-maçons).

Pour faciliter le travail, pour éviter les accidents ou tout au moins pour en diminuer la gravité, il y a lieu d'entraîner les apprentis et les ouvriers à des exercices d'application exerçant leur sang-froid et les rendant maîtres de leurs segments.

1. *Quels sont les exercices d'application s'appropriant aux divers âges?*

Il convient d'envisager trois périodes importantes de la vie : l'âge pubère (de 12 à 15 ans), l'adolescence (de 16 à 22 ans) et l'âge adulte (de 23 à 40 ans).

Les exercices d'application, qui débutent sous des formes très simples vers la douzième année, viseront essentiellement à fami-

liariser l'élève avec ses moyens, à l'habituer à compter sur ses propres forces et à faire preuve d'initiative. N'exigeant pas une attention, ni une discipline aussi soutenues que la gymnastique classique, ils constituent un excellent moyen de variation et d'émulation sans présenter les inconvénients des matches.

On se bornera donc à faire exécuter pendant cette période des courses de vitesse ne dépassant pas 100 mètres en terrain plat et 50 mètres avec de légers obstacles; des équilibres combinés avec des courses et des équilibres, les gymnases étant munis d'objets divers; des exercices sous forme de jeux (lekformer); on introduit également la pratique graduée de jeux sportifs, sans toutefois leur donner la prépondérance.

SUÈDE.

Institut Central et Royal de gymnastique de Stockholm.

Exercices d'application : Marche élevée en équilibre avec arme et saut en profondeur.

(Cliché de M. le Major Lefébure, Bruxelles).

Adolescence. — L'adolescence est la période de développement rapide de tout l'organisme. Pour que ce développement puisse se faire normalement, il convient de ne pas l'entraver par des dépenses physiques trop considérables. C'est encore la période pendant laquelle l'homme est le plus apte aux exercices de vitesse et d'adresse.

Les exercices d'application, tout en étant de beaucoup plus

intenses que ceux de la période de 12 à 15 ans, ne constitueront pas des exercices de durée. Ils se caractériseront par une exécution rapide et précise.

Parmi ces exercices, qu'on peut varier suivant de nombreuses circonstances, il faut citer : les courses de vitesse jusque 300 mètres diminuées sensiblement si elles se font avec obstacles ou en terrain varié; des passages d'obstacles avec et sans arme; des courses sur la bomme jusque 2 m. 5, plus bas si elles s'effectuent avec arme; des escalades individuelles et par groupe avec et sans arme, des transports de fardeaux, des exercices de sauvetage.

Age adulte. — A partir de 23 ans, l'organisme est complètement formé et apte à fournir un rendement maximum. Un adulte plus ou moins normal et entraîné par une pratique régulière de gymnastique éducative peut donc exécuter des exercices nécessitant la mise en activité de toutes ses forces. L'organisme se prête également mieux aux exercices de durée (fond).

C'est le moment d'enseigner les exercices d'application militaires dont la forme reste sensiblement la même qu'à l âge précédent, mais dont les conditions d'exécution sont rendues plus difficiles.

C'est ainsi que les marches seront progressivement poussées jusqu'à 35 kilomètres par jour en tenue de route; les courses s'effectueront sur des distances plus longues (500 mètres), dans des terrains plus accidentés si possible, et avec une charge progressivement augmentée; la course d'obstacles sera intensifiée par des obstacles plus élevés ou plus nombreux, par une charge plus lourde; les exercices d'escalade augmenteront en difficulté, d'après les mêmes principes; les transports et exercices de sauvetage à la nage se feront également dans des conditions plus difficiles et telles qu'ils nécessitent l'emploi de toutes les forces, de toute l'énergie dont les gymnastes sont capables.

2. *Quand convient-il de les introduire?*

Il n'est guère possible d'établir à ce sujet des règles fixes, l'emploi des exercices d'application devant s'adapter au nombre des gymnastes et à leur condition, au matériel et à l'espace disponibles, à la nature des appareils, aux diverses saisons, au but que se propose le professeur et qui dépendra souvent du milieu local et du temps disponible.

Tantôt on intercalera un ou plusieurs exercices d'application

dans la leçon de gymnastique, tantôt on les fera succéder à celle-ci parfois on organisera des séances composées exclusivement de ces exercices, ordonnancées alors de manière à éviter le surmenage; d'autres fois, ils seront combinés avec les jeux et les sports; mais, dans tous les cas, on aura soin d'observer une progression plutôt lente que rapide. Dans l'enseignement civil il arrivera également que, pour satisfaire le goût des élèves, il sera utile de diminuer la durée des exercices classiques pour consacrer plus de temps aux applications et aux sports; c'est une remarque qui s'applique surtout aux sociétés et aux cours dont la fréquentation n'est pas obligatoire.

3. *Quelle est la progression à suivre*

Les exercices d'application doivent être préparés de longue date par un enseignement régulier de la gymnastique pédagogique.

Des exercices sous forme de jeux (lekformer), des transports d'appareils constitueront les débuts de l'application. Quant à la progression proprement dite, on l'obtiendra :

1° en augmentant la durée des marches et des courses (excursions);

2° En les faisant exécuter, les gymnastes étant munis de bâtons, perches, fusils, paquetages, etc.;

3° En augmentant la hauteur et le nombre des bommes et des obstacles pour les exercices d'équilibre, les passages d'obstacles, les escalades;

4° En faisant travailler simultanément plusieurs équipes;

5° En augmentant la vitesse des exercices;

6° En réunissant en une série plusieurs exercices enseignés séparément;

7° En combinant les exercices de manière à développer particulièrement la hardiesse et l'audace.

Il est à remarquer, au moins dans les milieux urbains et intellectuels, qu'un grand nombre de jeunes gens ont les bras très faibles. Or, les bras et les jambes jouent un rôle très important dans les exercices d'application.

On tiendra compte de ces faits et on les conciliera en donnant aux exercices classiques de suspension la proportion qui leur convient sans devoir craindre de développer outre mesure, et d'une manière anti-physiologique les membres supérieurs, tel que cela arrive par la pratique de la gymnastique acrobatique.

La progression se réglera en ordre d'après l'âge et la résistance physique des gymnastes.

4. *Quelles installations spéciales nécessitent-ils?*

La plupart des exercices d'application, les marches d'entraînement et la nage exceptées, peuvent se pratiquer dans un gymnase suédois complet. Là où le matériel suédois n'existe pas ou est incomplet, on pourra les exécuter aux appareils existants. Bien souvent on utilisera les galeries, portails, fermes de toiture, échelles, plates-formes, murs, etc., qui se trouvent soit au gymnase, soit à la cour de l'établissement. Il est également utile de pouvoir disposer d'objets qu'on rencontre dans divers métiers : échelles, perches, cordes minces, planches etc.., de manière à donner aux excercices un caractère essentiellement pratique et utilitaire. Dans les régiments, une lice d'obstacles est indispensable pour permettre un entraînement suffisant des soldats. Cette même lice pourrait rendre de grands services aux gymnastes civils s'ils étaient autorisés à en faire usage.

Je termine cet exposé en adressant mes biens vifs remercîments à Monsieur le lieutenant Ketelle, qui a signalé divers points essentiellement pratiques, dans un rapport qu'il a bien voulu m'adresser sur la question.

CONCLUSIONS.

Les formes d'exercices d'application militaires et professionnels dérivent des formes classiques de la gymnastique suédoise.

Il convient donc de les préparer par un enseignement aussi complet que possible.

Plus encore que les exercices de gymnastique pédagogique, ils nécessitent une gradation lente, d'autant plus nécessaire que les jeunes gens sollicités par l'émulation et le plaisir sont facilement portés à dépasser les limites physiologiques de leurs forces.

Une visite médicale établira si tous les gymnastes d'une classe peuvent participer sans inconvénient aux exercices d'application.

Pour que les exercices d'application soient d'une utilité réelle et durable, il convient de les multiplier autant que le permettent les exigences de la gymnastique pédagogique : plus l'individu aura été rompu à ces exercices, mieux il sera à même de se dominer et de se tirer d'affaire dans les circonstances difficiles et dangereuses créées par la vie professionnelle.

Les exercices d'application s'exécuteront le plus possible en plein air.

Il convient de solliciter de M. le ministre de la guerre l'autorisation de disposer des lices construites dans les cours des casernes et aux plaines d'exercices. (Lt Ketelle.)

Dans le même ordre d'idées il conviendrait de soumettre à la législature un projet de loi autorisant le gouvernement à prêter, aux cercles et cours de préparation militaire, des armes d'ordonnance et des armes déclassées.

BIBLIOGRAPHIE

Major adjoint d'état-major Lefébure : Méthode de gymnastique éducative.

Règlement de gymnastique 1908 de l'armée belge.

Handbok : Gymnastik för Arméen och Flottan. (Suède).

Lieutenant van Blyenburgh (La Haye) : Eene poging tot bevordering van de Schermkunst in Nederland.

De Kinder en Wirtz : Zwemmen en redden.

Aksel Mikkelsen (Copenhague) : Arbejdsstillinger.

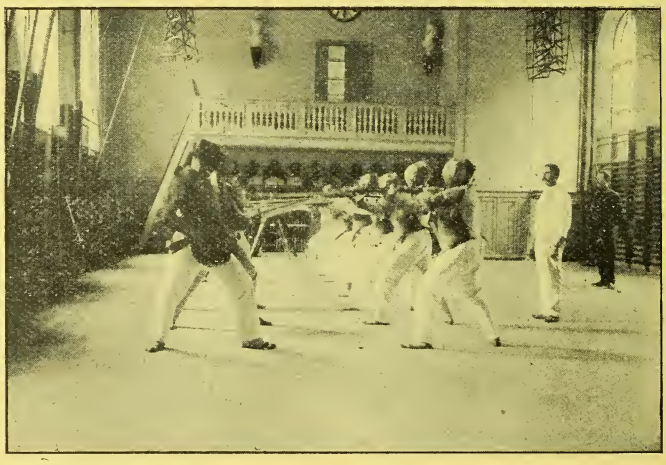
RÉSUMÉ DE LA DISCUSSION

M. le lieutenant Van Blijenburgh (La Haye). — M. Kocké a bien voulu me faire l'honneur de signaler mon opinion concernant l'escrime à la baïonnette. Je me permettrai de préciser un peu. Pour autant que je sache, c'est seulement en Suède et en Hollande qu'on peut vraiment parler d'une *escrime* à la baïonnette. En France, en Belgique et dans d'autres pays, on ne fait, à vrai dire, que le *maniement* de la baïonnette et du fusil ; mais en Hollande et en Suède nous faisons des assauts à la baïonnette au même titre que des assauts au sabre, à l'épée, au fleuret. A mon avis, il faut que l'escrime à la baïonnette soit pour le soldat ce que l'escrime au sabre est pour l'officier, c'est-à-dire un exercice qui lui donne toutes les qualités indispensables à chaque militaire. Nous employons à cette fin de vieux fusils Beaumont, dans le canon desquels les baïonnettes peuvent entrer au moment où se donne le coup ; immédiatement après, des ressorts font ressortir la baïonnette. De cette manière, le soldat s'amuse beaucoup plus qu'en pratiquant les séries d'exercices

dans le vide prescrits par beaucoup de règlements étrangers. L'escrime à la baïonnette devient ainsi un sport qui donne au soldat de la vigueur, de l'habileté dans le maniement de son arme et, partant, de la confiance en lui-même. Mais afin que le soldat n'ait pas besoin de trop de leçons et qu'il puisse, après un temps relativement court, commencer à pratiquer l'assaut, il faut que le règlement soit aussi simple que possible. C'est pourquoi dans mon ouvrage sur l'escrime, je préconise de simplifier le règlement ; nous avons eu, il y a cinq ou six ans, un règlement très simple avec trois parades « simples » et les trois « contres » ;

SUÈDE.

Institut Central et Royal de gymnastique de Stockholm.



Gymnastique militaire : Escrime à la baïonnette.
(Extrait de « *l'Education physique en Suède* », par M. le Major Lefébure, Bruxelles).

dans le dernier règlement, on a compliqué la question et maintenant nous en avons six et six « contres », dont la moitié n'est jamais employée. Et notre règlement d'escrime à la baïonnette de la marine divise les parades en parades par opposition et parades détachées, ce qui est bon pour l'escrime au fleuret, mais absurde pour l'escrime à la baïonnette, où évidemment le « doigté » n'existe pas. Pour ces raisons, je demande la simplification de l'escrime à la baïonnette.

M. Kocké, rapporteur (Saint-Gilles). — Des essais ont été faits dans certains régiments de l'armée belge pour faire entrer l'escrime à la baïonnette dans la voie indiquée par M. le lieutenant van Blijenburgh. Je pense que M. le lieutenant Delfosse, professeur à l'Ecole normale belge de gymnastique et d'escrime, pourrait nous donner à ce sujet des indications plus précises.

M. le lieutenant Delfosse, professeur à l'Ecole normale militaire de gymnastique et d'escrime (Etterbeek). — Pour compléter l'exposé que vient de nous faire mon estimé collègue de La Haye, il convient de citer le caractère essentiellement offensif des exercices à la baïonnette pratiqués en Allemagne.

SUÈDE.

Institut Central et Royal de gymnastique de Stockholm.

Gymnastique militaire : Escrime au sabre opposé à la baïonnette.
(Cliché de M. le Major Lefébure, Bruxelles).

D'autre part, comme vient de le dire M. Kocké, divers essais d'escrime à la baïonnette ont été tentés dans les régiments belges. Actuellement, un projet de règlement est soumis au Département de la Guerre, projet ayant pour but de donner réellement aux exercices à la baïonnette le caractère et les avantages éducatifs d'une *escrime*.

Un échange de vues a lieu entre différents membres concernant la gradation à suivre, dans la mesure du possible, dans

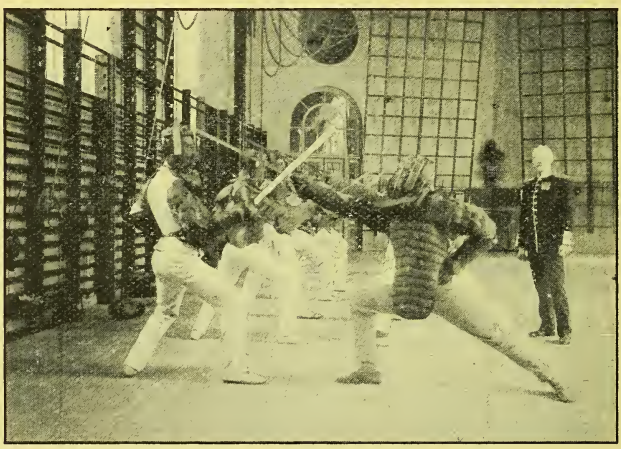
l'enseignement des exercices de la gymnastique d'application. Tous sont, en outre, d'accord pour dire que l'état physiologique des élèves est déterminant, sous ce rapport, et mérite un examen sérieux.

Quant à l'emploi des armes déclassées, dans les sociétés de préparation militaire, pour l'exécution des exercices d'application et des exercices préparatoires au tir, M. Kocké fait remarquer qu'en Belgique la loi défend au Gouvernement de prêter, de donner ou de vendre les anciens fusils ou carabines de l'armée.

A ce propos, MM. Chéron et Binet (Paris) fournissent de très

SUÈDE.

Institut Central et Royal de gymnastique de Stockholm.



Gymnastique militaire : Escrime au sabre.

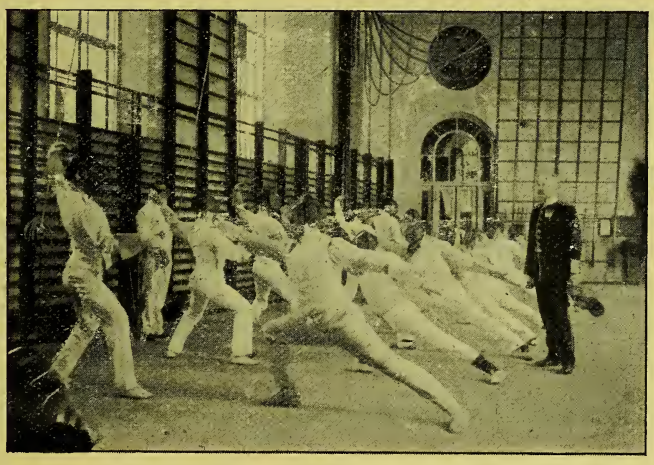
[Extrait de « *L'Education physique en Suède* » par M. le Major Lefébure, Bruxelles].

intéressants renseignements en ce qui concerne la France, où le Ministre de la Guerre a qualité pour accorder ou suspendre l'octroi d'armes déclassées et d'armes d'ordonnance. Ils disent notamment qu'à l'heure actuelle, plusieurs milliers de fusils sont en usage dans les sociétés de préparation militaire, mais que le Ministre a momentanément suspendu l'octroi de nouvelles armes aux sociétés qui viennent de se créer. Cette suspension est motivée par des raisons d'ordre stratégique qui ne permettent pas de vider les arsenaux au delà d'une limite déterminée.

M. le major Lundblad (Wisby, Suède). — En Suède, on n'est pas partisan de mettre de vieux fusils entre les mains des jeunes gens. On estime que, pour faire une bonne besogne, on doit se servir de bons instruments. Lorsque nos jeunes villageois quittent l'école, où ils ont régulièrement pratiqué la gymnastique, ils se livrent aux travaux champêtres ou industriels. Plus tard, ils arrivent à l'armée ; ils sont alors le plus souvent quelque peu déformés par l'influence des travaux auxquels ils ont dû se livrer ; parfois, ils sont devenus raides, n'ayant pas toujours eu l'occasion de pratiquer la gymnastique ou les sports dans les

SUÈDE.

Institut Central et Royal de gymnastique de Stockholm.



Gymnastique militaire : Escrime au fleuret.
[Cliché de M. le Major Lefébure, Bruxelles].

endroits isolés qu'ils habitent ; mais *tous*, indistinctement, savent tirer. Cela tient à ce qu'en Suède il y a beaucoup de sociétés de tir, et dans ces sociétés on n'emploie que des fusils du même modèle et de la même qualité que ceux en usage dans l'armée. Les jeunes recrues reçoivent donc leur instruction avec la même arme que celle qu'elles ont déjà employée depuis plusieurs années et cela permet de faire rapidement leur instruction, tout en formant de bons tireurs. Il y a même parmi les recrues des

ieunes hommes qui peuvent servir, dès le commencement des exercices, d'instructeurs de tir.

M. Kocké, rapporteur (Saint-Gilles). — Le discours de M. le major Lundblad vient confirmer l'opinion généralement admise par les pédagogues et suivant laquelle les enfants scandinaves sont, plus que les nôtres, respectueux du bien d'autrui : le Gouvernement leur confie de bonnes armes et l'on constate que ces armes sont entretenues avec soin, tout comme si elles appartenaient en propre aux sociétaires. C'est là un exemple de probité que nous pouvons citer à nos élèves et dont l'imitation pourrait nous permettre d'arriver à l'organisation modèle réalisée en Suède.

M. le lieutenant Delfosse (Bruxelles). — Je crois utile de vous signaler une expérience entreprise en Hollande par un de mes collègues, et qui présente, au point de vue de la préparation militaire des jeunes gens, un intérêt puissant par sa grande valeur morale et pratique. Au risque de froisser la modestie du lieutenant van Hoytema, je le prierai de bien vouloir nous expliquer le mécanisme de son système.

M. le lieutenant van Hoytema, attaché au Ministère de la Guerre (La Haye). — L'observation de l'éducation par trop choyée de nos garçons et de leur manque d'aptitudes à se tirer d'affaire dans les situations sortant un peu du train habituel de la vie, m'ont suggéré l'idée de rechercher des moyens propres à rendre nos enfants plus robustes et surtout plus débrouillards.

La lecture d'un ouvrage du général Baden-Powell, donnant une description du *Scouting for boys*, m'a engagé à me mettre en rapport avec cet officier et à lui demander de pouvoir emprunter certains passages de son livre pour compléter un petit manuel que je viens de publier et qui expose en détail l'organisation d'un séjour prolongé à la campagne avec des garçons.

Chaque garçon s'est muni d'une légère tente pliante et de quelques objets indispensables de campement et de cuisine, d'une valeur commerciale insignifiante et le plus souvent empruntés au mobilier de la maison, le tout placé dans un sac qu'il porte sur le dos.

Moi, j'ai réuni une dizaine de garçons et j'ai loué une tente

pour nous tous, j'ai conduit ces garçons dans la bruyère, où nous avons pratiqué beaucoup de sports.

On s'est livré à divers travaux : chercher le chemin, au moyen de la carte, vers un endroit déterminé ; envoyer deux ou trois garçons faire la reconnaissance d'une région déterminée ; faire rapport sur leur mission ; préparer à manger au milieu de la bruyère ; traverser des rivières ; construire un passage sur un ruisseau ; installer un campement, le faire garder par des sentinelles, ceci pour affranchir les enfants et les habituer à se tirer d'affaire par leurs propres moyens ou en se secourant mutuellement.

Comme on le voit, ce procédé présente l'avantage de faire travailler constamment les garçons en plein air, de les faire vivre d'une vie simple, cadrant très bien avec l'esprit romanesque du jeune homme, esprit qui est ainsi canalisé et dirigé constamment vers le bien et l'utile. En outre, il habitue les garçons à se tirer d'affaire dans des circonstances imprévues et parfois difficiles, les amenant peu à peu à ne compter que sur eux-mêmes, ce qui constitue une excellente préparation à la lutte pour la vie.

En Angleterre, une organisation analogue existe depuis longtemps déjà, grâce au général Baden-Powell, et nul doute que d'ici quelque temps ce procédé de vie en plein air ne se propage en Hollande et dans les pays limitrophes.

M. Chéron (Paris), vice-président, prie M. Kocké de vouloir bien rédiger les vœux qui seront soumis ensuite au vote de la section.

Pendant ce temps, la section examine un vœu concernant l'éducation physique de la femme, formulé par M. le Dr *Tissié* (Pau), président-fondateur de la Ligue française de l'éducation physique ; ce vœu, transmis par MM. Binet, Chéron et Kocké, est envoyé à la première section, qui jugera s'il y a lieu de le transmettre au vote de l'assemblée générale.

Il en est de même d'une série de questions proposées par M. le lieutenant van Blijenburgh et qui sont plutôt du ressort de la gymnastique pédagogique.

* * *

Après lecture et discussion, la section vote à l'unanimité les vœux suivants :

« Le Congrès,

» Considérant que les formes d'exercices d'application militaires et professionnels dérivent de la gymnastique scientifique ;

» Considérant que ces exercices présentent un attrait particulier pour les jeunes gens, tout en comportant une dépense de forces considérable ;

» Considérant qu'ils sont d'une utilité pratique très grande, tant au point de vue professionnel que militaire ;

» Émet le vœu :

» 1° De voir subordonner les exercices de la gymnastique d'application aux règles qui régissent l'enseignement et la gradation des exercices de gymnastique pédagogique ;

» 2° De voir adapter ces exercices aux *forces* des élèves et non à leur *goût*, et de n'admettre les élèves à ces exercices que lorsqu'ils sont reconnus aptes à les supporter ;

» 3° De voir les éducateurs recourir aux procédés de vie en plein air mis en pratique en Hollande par M. le lieutenant van Hoytema ;

» 4° De voir l'autorité militaire accorder l'autorisation de disposer des pistes d'obstacles ;

» 5° De voir arrêter les dispositions qui autorisent les cours et les cercles de préparation militaire à détenir les armes nécessaires et à recevoir des munitions. »

Séance du jeudi, 4 aout, après-midi.

Troisième Question.

Quels sont les moyens de répandre l'enseignement et la pratique des jeux à l'école ?

La séance est ouverte sous la présidence de M. *Chéron* (Paris), qui prononce l'allocution suivante :

Vous avez tous pu prendre connaissance du rapport très documenté qu'a bien voulu nous présenter notre estimé président,

M. Knudsen (1). Les discours prononcés précédemment par quelques orateurs, notamment par M. le Dr Meyers, montrent comment la propagation des jeux s'est effectuée dans la classe populaire. Je donnerai maintenant la parole à M. le lieutenant van Hoytema, qui désire nous exposer la propagande entreprise en Hollande et les résultats obtenus dans les écoles de ce pays.

M. le lieutenant van Hoytema, attaché au Ministère de la Guerre (La Haye). — En l'année 1907, cinq officiers de l'armée néerlandaise organisèrent, dans la ville de Bréda, des concours

DANEMARK.

Jeux d'hiver. — Le hockey sur la glace.
(Cliché de M. le Prof. C. C. Jessen).

sportifs entre militaires, concours qui eurent beaucoup de succès. Ces fêtes démontrèrent de façon péremptoire que le développement physique du conscrit hollandais n'était point du tout suffisant pour la tâche qui l'attend en cas de guerre.

La commission eut l'initiative de prendre des mesures pour

(1) Rapport de M. l'Inspecteur Knudsen (Copenhague) : « L'Education physique au Danemark », renvoyé à la première Section.

améliorer l'éducation physique du peuple hollandais et créa la Ligue néerlandaise de l'Education physique (Nederlandsche Bond voor Lichamelijke Opvoeding). Elle comprit que, pour atteindre le but proposé, il fallait commencer par rendre les exercices physiques obligatoires dans les écoles primaires ; mais, comme la plupart des instituteurs ne connaissaient pas ces exercices et n'avaient point l'aptitude et l'expérience pour les enseigner d'une manière efficace, la commission demanda au Ministre de l'Intérieur, qui, en Hollande, est en même temps Ministre de l'Ins-

DANEMARK.

Jeux d'été. — Passer le Ballon.
(Cliché de M. le Prof. C. C. Jessen).

truction publique, la permission d'organiser des cours de jeux scolaires dans un des départements, la province de Gueldre. Le Ministre déclara à la Chambre des Députés qu'il voulait confier à la « Ligue néerlandaise de l'Education physique » le soin d'organiser ces cours. C'est alors que la Ligue organisa dans quatorze villes et villages de la province de Gueldre des cours de jeux où les instituteurs et institutrices primaires des environs

viennent apprendre les jeux dans le but de les enseigner à leur tour à leurs élèves. C'est de cette manière qu'on a commencé à introduire l'éducation physique à l'école primaire.

La Ligue compte attendre que la Chambre des députés vote une loi qui rende obligatoire l'enseignement de la gymnastique et des jeux dans les écoles primaires, secondaires et supérieures. Elle s'occupera de parfaire l'éducation physique du jeune homme depuis sa sortie de l'école jusqu'à son incorporation dans l'armée. Dès ce moment, son instruction incombe à l'officier.

DANEMARK.

Jeu d'enfants : *Le chat et la souris.*
(Cliché de M. le Prof. C. C. Jessen).

Il y a quelques mois, le Ministre de la Guerre a prescrit pour toutes les armes et institutions d'enseignement militaires de consacrer obligatoirement deux heures consécutives par semaine aux sports. (*La Belgique Militaire* du 5 juin 1910 : « Les sports dans l'armée hollandaise ».) Dernièrement, des représentants de divers régiments sont venus à La Haye pour y participer à des concours de gymnastique et de sports organisés par la

Ligue. Ces fêtes sportives ont eu un grand retentissement dans tout le pays. Mais il y a plus ! Une rencontre annuelle au Football Association aura lieu entre une équipe nationale sélectionnée hollandaise et une équipe similaire belge. Nous n'oublierons jamais la réception brillante qu'on nous a faite à Anvers. Quant au match-revanche de La Haye, *La Belgique militaire* du 22 mai 1910 en donne une description complète.

La Ligue, comprenant qu'au lieu de donner des conférences et d'écrire des brochures, il valait mieux montrer au public ce que peut produire une bonne éducation physique ; comprenant qu'il est préférable d'agir que de parler, est parvenue à porter son budget, de quelques florins qu'il était au début, à la somme de quarante mille francs.

Lors de la formation de la Commission organisatrice des jeux, à Bréda, les cinq officiers, réunis chez un de leurs camarades, mirent sur la table chacun une pièce d'un florin pour couvrir les frais indispensables de correspondance. Trois ans plus tard, la Ligue, issue de cette Commission, voit son budget monter à la somme de vingt mille florins, grâce aux libéralités des Ministères de l'Intérieur et de la Guerre.

Cela prouve une fois de plus qu'un groupe d'hommes énergiques et convaincus peut, dans un laps de temps relativement court, obtenir un résultat considérable en se conformant à la devise de la Ligue : « Vouloir, c'est pouvoir ! »

M. Chéron (Paris) adresse à M. le lieutenant van Hoytema ses remerciements pour son discours si intéressant, faisant connaître l'heureuse initiative des officiers hollandais et apprécie hautement la valeur de leur généreux travail de propagande.

La parole est ensuite accordée à M. Kocké, pour une communication complémentaire.

M. Kocké, rapporteur (Saint-Gilles). — Je crois utile de faire part à l'honorable assemblée de ce qui a été entrepris en Belgique par la « Ligue nationale belge de l'Education physique ».

En 1908, la Ligue belge organisa à Bruxelles un premier cours temporaire pendant les vacances de Noël. Il avait pour but d'initier les instituteurs, les institutrices et les professeurs de gymnastique de l'enseignement moyen aux principes essentiels de la gymnastique suédoise et des jeux pédagogiques. Ce cours

Jeu de « Basket ball » dans les jardins.
(Extrait de « *L'Education physique en Suède* », par M. le Major Lefébure, Bruxelles).

réunit une quarantaine d'adhérents qui suivirent les leçons théoriques et pratiques, ainsi que les démonstrations avec élèves des écoles.

Divers cours furent organisés dans la suite, toujours à Bruxelles, et cette année-ci, la Ligue organisa des cours similaires à Anvers et à Liége, où ils furent suivis respectivement par 50 et 85 adhérents ! A la suite de ces cours, deux cours de gymnastique pédagogique, dames et messieurs, et un cours mixte de jeux furent créés à Anvers par le « Bond voor lichamelijke Opvoeding » de cette ville ; ces cours sont donnés par Mlle Loveday, directrice de gymnastique diplômée à Stockholm, et par M. Ficher, professeur d'éducation physique, diplômé de l'Ecole supérieure d'éducation physique de Bruxelles. A Liége, des cours similaires sont en voie d'organisation, grâce à l'initiative de Mlle Leroy, professeur diplômé de l'Ecole supérieure d'éducation physique de Bruxelles.

On peut dire que ces cours auront une heureuse répercussion sur l'enseignement de la gymnastique rationnelle et des jeux, surtout dans les écoles dont les professeurs n'avaient pas eu l'occasion de s'initier pratiquement à la méthode de Ling, encore relativement nouvelle dans les écoles civiles.

M. Chéron (Paris). — Je prierai maintenant M. le rapporteur de bien vouloir formuler les conclusions auxquelles donne lieu la discussion de la question portée à l'ordre du jour, pour que nous puissions soumettre des vœux à l'assemblée générale.

M. Kocké, rapporteur. — Du rapport très détaillé de M. l'inspecteur Knudsen et des discours de nos collègues hollandais se dégagent les conclusions suivantes :

a) De même que pour la propagation de la gymnastique, l'initiative des sociétés peut avoir d'heureux résultats pour introduire l'enseignement des jeux dans les écoles ;

b) Les pouvoirs publics ont pour devoir d'intervenir dans l'organisation de cet enseignement ;

c) L'établissement de plaines de jeux est une nécessité de premier ordre ;

d) Les cours temporaires, officiels ou privés, sont un des meilleurs moyens pour répandre la pratique des jeux à l'école, parce qu'ils donnent aux professeurs les connaissances et l'habileté indispensables.

M. Chéron soumet au vote de la section le vœu suivant, comme suite aux conclusions précédentes :

VŒU.

« Le Congrès,

» Considérant que la propagation de l'enseignement et la pratique des jeux à l'école dépend surtout des connaissances et du nombre des maîtres scolaires,

» Emet le vœu :

» De voir l'autorité compétente arrêter les mesures qui doteront les écoles d'instituteurs et professeurs qualifiés pour donner cet enseignement spécial. »

Le vœu présenté par M. Chéron est adopté à l'unanimité.

M. Chéron (Paris). — Comme nous avons examiné tous les points mis à l'ordre du jour, je pense que nous pouvons considérer comme terminés les travaux de la deuxième section.

M. le lieutenant-colonel Schotman, directeur de l'Ecole normale de tir, de gymnastique et d'escrime (La Haye). — En ma qualité de doyen d'âge, je crois de mon devoir d'adresser, au nom de mes collègues des diverses nations ici représentées, mes plus vifs remerciements à nos honorables présidents, M. l'inspecteur Knudsen, et M. Adolphe Chéron, président des Sociétés de Préparation militaire de France. Je les remercie du tact qu'ils ont apporté dans l'accomplissement de leur mission et j'exprime le vœu que les travaux qu'ils ont conduits avec tant de largeur de vue puissent avoir une répercussion heureuse sur l'éducation physique de notre jeunesse !

M. le président Chéron (Paris). — Je remercie bien vivement M. Kocké, rapporteur, et MM. les membres de la section qui ont bien voulu apporter à ces travaux le fruit de leurs études et de leur expérience. Nul doute que les débats si intéressants qui se sont déroulés ici n'aient une influence considérable sur l'activité qui se manifeste dans plusieurs pays et qui a essentiellement pour but de former des citoyens robustes, au caractère trempé et à l'intelligence ouverte. Je pense que nous pouvons dire que nos travaux auront posé des jalons indiquant nettement la voie à suivre afin d'obtenir un résultat toujours meilleur, pour le plus grand bien de nos diverses patries et de toute l'humanité.

VŒUX.

1re Question.

Le Congrès,

Considérant que la Gymnastique pédagogique peut augmenter considérablement la résistance physique des adolescents et qu'elle contribue puissamment à développer l'esprit de discipline ;

Considérant que le but essentiel de cette éducation doit être, avant tout, d'assurer le développement corporel intégral de l'individu et, partant, d'envisager la formation du futur soldat.

Estime que, pour atteindre ce but, il convient de pratiquer un cycle d'exercices basés sur les principes scientifiques et comprenant : la gymnastique éducative, la gymnastique d'application, les jeux sportifs, le tir, y compris le tir scolaire.

Emet le vœu :

1° De voir organiser et multiplier les cours officiels et les sociétés ayant pour but la pratique de ce cycle d'exercices ;

2° De voir les écoles normales et les sections normales préparer les futurs professeurs à donner cet enseignement ;

3° De voir organiser, dans le même but, des cours pour la formation des instructeurs ;

4° De voir les pouvoirs publics s'intéresser directement à cette œuvre qui a à la fois une portée nationale et une utilité sociale.

2me Question.

Le Congrès,

Considérant que les formes d'exercices d'application militaires et professionnels dérivent de la gymnastique scientifique ;

Considérant que ces exercices présentent un attrait particulier pour les jeunes gens tout en comportant une dépense de forces considérable ;

Considérant qu'ils ont une utilité pratique très grande tant au point de vue professionnel que militaire,

Emet le vœu :

1° De voir subordonner les exercices de la gymnastique d'application aux règles qui régissent l'enseignement et la gradation des exercices de gymnastique pédagogique ;

2° De voir adapter ces exercices aux *forces* des élèves et non à leur *goût* et de n'admettre les élèves à ces exercices que lorsqu'ils seront reconnus aptes à les supporter ;

3° De voir les éducateurs recourir aux procédés de vie en plein air mis en pratique en Hollande par M. le lieutenant van Hoytema ;

4° De voir l'autorité militaire accorder l'autorisation de disposer des pistes d'obstacles ;

5° De voir arrêter les dispositions qui autorisent les cours et les cercles de préparation militaire à détenir les armes nécessaires et à recevoir des munitions.

3me Question

Le Congrès,

Considérant que la propagation de l'enseignement et la pratique des jeux à l'école dépend surtout des connaissances et du nombre des maîtres scolaires,

Emet le vœu :

De voir l'autorité compétente arrêter les mesures qui doteront les écoles d'instituteurs et de professeurs qualifiés pour donner cet enseignement spécial.

Démonstrations données par M. KOCKÉ

au Gymnase de l'Ecole communale N° 5 à St-Gilles-lez-Bruxelles.

I. Tir scolaire - II. Gymnastique d'application - III. Boxe française.

I. Tir scolaire.

La démonstration comporte des tirs effectués dans le gymnase par trois groupes d'élèves d'une école primaire, 6me année d'études, âgés de 12 à 14 ans, et par un groupe de jeunes gens de 18 à 20 ans.

Tous ces élèves sont inscrits au Cours d'Education physique organisé par l'Administration communale de St-Gilles, et dirigé par M. Kocké.

Les enfants emploient une carabine, calibre 6 mm. ayant la forme du fusil mauser en usage à l'armée ; elle pèse 1750 gr. et tire la cartouche « Bosquette ».

Les jeunes gens se servent du mauser réglementaire et de la cartouche de tir réduit.

Elèves d'école primaire.

a) Tir de 5 cartouches à 10 m. Position debout.

b) Tir de 5 cartouches à 12 m. Position à genou.

c) Tir de 5 cartouches à 15 m. Position couchée.

*
* *

Jeunes gens.

d) Tir de 5 cartouches à 20 m. dans les trois positions.

II. Gymnastique d'application.

(Elèves âgés de 18 à 20 ans).

1. — Série d'exercices préparatoires.

a) Sur deux rangs — Alignement — Ouvrir et doubler — Conversions.

b) St. éc., Ms. Hs. — élév. pte. Ps et fl. Js.

c) Pos. — rot. T. (lent. et rap.).

d) St. av., Ms. Es., Tr. tour. — ext. Bs. lev., lat., av.

e) Pos. — pte. Ps., Bs. lat., suivi de fl. Js., Bs. lev. (rap.).

2. — Passage en équilibre élevé sur une filée de trois bommes, placées à une hauteur de 2.20 m.

Les élèves sont armés du fusil.

a) Monter, en courant, par le banc accroché à la première bomme.

b) Passer successivement sur les trois bommes.

c) Descendre par le banc accroché à la troisième bomme.

3. — Les bommes placées à des hauteurs différentes.

La première aux N°s 13 et 16.

La deuxième, côté arrondi au-dessus, aux N°s 22 et 19.

La troisième, côté plat au-dessus, aux N°s 16 et 18.

I. — Sans arme.

a) Monter par renversement, traverser la première bomme.

b) S'accrocher à la deuxième en suspension oblique, progression en susp. obl. ; passer à la troisième bomme.

c) Traverser la troisième bomme en courant ; descendre par le banc.

II. — Avec arme.

a) Monter, en courant, par le banc accroché à la première bomme ; la traverser en tenant le fusil horizontalement ; mettre le fusil en bandoulière et s'asseoir en travers sur la deuxième bomme.

b) Traverser la deuxième bomme, en assis transversal, par progression latérale ; passer sur la troisième bomme.

c) Prendre le fusil dans la main gauche, traverser la troisième bomme et sauter à terre.

4. — Course d'obstacles.

Une partie des élèves, les plus jeunes, sont sans armes, les autres sont munis du fusil.

La classe est divisée en deux sections, rangées derrière une bomme, placée à 2.20 m. de hauteur et représentant le faîte d'un mur.

a) Escalader la bomme en passant successivement les fusils des élèves armés (les élèves d'une même section s'assistent).

b) Passer entre deux barres parallèles.

c) Passer sous le cheval.

d) Sauter au-dessus du bock.

e) Passer en équilibre sur un banc retourné.

f) Sauter par-dessus la bomme à 1.50 m.

g) Passer sous une bomme à 0.50 m. du sol.

Cette course constitue un lutte de vitesse entre les deux sections ; elle est suivie de quelques exercices respiratoires.

5. — Escalade d'une galerie haute de 4 m.

Les élèves, divisés en deux sections, les plus âgés armés du fusil, partent au coup de sifflet.

a) Monter par une colonne ; deux éleves poussent un troisième ; les fusils sont passés successivement.

b) Saisir les barreaux de la galerie et monter en s'aidant des bras.

c) Enjamber la balustrade.

d) Exercice respiratoire.

6. — Transport d'un blessé.

Un élève se trouvant à la galerie est censé avoir la jambe brisée. Deux élèves le prennent par le haut du corps, un troisième par les jambes.

a) Fixer la jambe facturée au moyen d'une baionnette et de mouchoirs.

b) Descendre par l'escalier.

c) Passer avec le blessé au-dessus d'un obstacle (cheval).

d) Poser le blessé à terre.

III. Boxe française.

A. Exercices dans le vide.

Les élèves sont déployés sur quatre rangs.

1. En garde à gauche. — Changements de garde en avant, en arrière, sur place.
2. Coup de pied bas a) sur place.
   b) avec changement de garde en avant.
   c) avec changement de garde en arrière.
3. En garde à gauche :
   Coup de poing de figure a) du bras gauche.
   b) du bras droit.
   c) du bras gauche et du bras droit.
4. Coup de pied horizontal a) sur place.
   b) avec changement de garde en avant.
   c) avec changement de garde en arrière.
5. En garde à droite : Coup de poing demi-c rculaire.
6. Exercices respiratoires ; marche dérivative.

B. Exercices contre un adversaire.

Les élèves, groupés par deux, sont placés sur deux rangs se faisant face. A l'avertissement de : *Commencez,* ils exécutent, deux fois dans chaque garde, les attaques et les ripostes indiquées.

1. *Premier rang* : Coup de pied bas.
   Second rang : Esquivez et ripostez d'un coup de poing de figure.
2. *Second rang* : Coup de pied horizontal.
   Premier rang : Parez et ripostez d'un coup de pied bas.
3. *Premier rang* : Feinte du coup de pied bas, coup de pied horizontal.
   Second rang : Esquivez, parez en dehors et ripostez d'un coup de poing en vous fendant.
4. *Second rang* : Feinte du coup de pied horizontal, chassé croisé.
   Premier rang : Rompez, ripostez d'un coup de pied en tournant.
5. Attaques libres.
6. Exercices respiratoires.

C. Assaut.

M. Kocké, professeur. *M. Joli XIV,* élève du cours.

Congrès International
de Gymnastique
Bruxelles, les 4, 5, 6 août 1910

3me Section

BUREAU ORGANISATEUR :

Gymnastique rythmique
Callisthénie — Rondes et Danses.

Président : M. Jaques-Dalcroze, professeur au Conservatoire de Genève (Suisse).
Secrétaires : Mlle Virginia De Smedt, rue de la Loi, 46, Bruxelles.
K. Jentzer, professeur à Genève, avenue Favre, 12.

Questionnaire.

I. Quelle est l'influence du rythme au point de vue du développement physique et psychologique ?

a) Qu'entend-on par rythme (cadence), eurythmie, mouvement eurythmique ?

b) Quels sont les effets éducatifs de la gymnastique eurythmique ?

c) Constitue-t-elle un complément nécessaire au développement normal du cerveau par le mouvement ?

d) Quels sont les rapports entre la gymnastique eurythmique, plastique et expressive et les différentes branches de l'enseignement artistique ?

e) Quelle place faut-il lui assigner dans l'enseignement ? Ou bien n'est-elle possible que dans les conservatoires ?

II. Comment la gymnastique esthétique doit-elle être organisée à l'école ?

a) Possibilité d'introduire l'enseignement du rythme esthétique à l'école primaire et secondaire. Comment ?

b) Le professeur de gymnastique pédagogique doit-il être initié à l'enseignement rythmique et plastique ?

c) La leçon de gymnastique pédagogique ne pourrait-elle être dirigée davantage vers un but esthétique ?

d) Comment habituer les enfants aux gestes plastiques et expressifs ?

III. Quelles doivent être les bases de la plastique, c'est-à-dire, des mouvements du corps humain considérés comme moyens d'expression du sentiment ?

a) Qui doit enseigner la plastique et l'eurythmie aux classes supérieures ? Est-ce l'homme de science ou l'artiste ?

b) Qu'entend-on de façon précise par plastique ? par orchestique ?

c) L'éducation par la plastique doit-elle être préparée par une éducation physique pédagogique ? Convient-il de la réserver à des sujets d'élite, types de beauté dont l'éducation artistique et physique serait complète ?

d) Quelle place convient-il d'accorder à la danse expressive (grecque) dans l'enseignement esthétique et plastique ?

e) Quels sont les effets éducatifs de la danse ? Est-elle de l'eurythmie ?

f) Y a-t-il d'autres danses expressives que la danse grecque dont-il puisse être question en matière plastique ?

Séance du jeudi 4 août 1910

Mlle K. Jentzer (Genève) nommée présidente en remplacement de M. Jaques Dalcroze, excuse l'absence de celui-ci retenu en Suisse pour cause de maladie.

La section, à l'unanimité, propose l'envoi d'une lettre à M. Jaques Dalcroze pour lui exprimer des vœux de prompt rétablissement et des sentiments d'admiration pour la belle méthode de gymnastique rythmique dont il est l'auteur.

A cette lettre M. Jaques Dalcroze nous envoie la réponse que voici :

Genève 26 septembre 1910.

Monsieur,

Je vous remercie sincèrement pour la lettre que vous avez bien voulu m'écrire et en laquelle vous me transmettez des félicitations votées par les membres du Congrès de l'Education physique à l'adresse de ma méthode de gymnastique rythmique.

Je suis très honoré par cette flatteuse marque d'intérêt et vous prie de bien vouloir transmettre à MM. les membres du Comité l'expression de ma sincère reconnaissance.

Agréez, Monsieur, l'expression de mes sentiments les plus distingués.

(signé) JAQUES DALCROZE.

Les rondes et les danses populaires.

Rapport présenté par MM. H. DE GENST et J. FICHER,

Professeurs d'Education physique. (Bruxelles).

L'Education physique souvent considérée comme un moyen de développement purement musculaire est envisagée aujourd'hui comme une méthode d'éducation intégrale visant à la fois le développement physique, intellectuel et moral de l'individu.

L'application d'une méthode rationnelle d'éducation physique, la pratique judicieuse des jeux et des sports, l'observation des règles de l'hygiène contribuent simultanément à la réalisation de

SUISSE (Genève)

Ronde chantée : *La plus aimable à mon gré...*
[Extrait de «*Jeux et rondes populaires pour petits et grands*» par Mme Ballet]

ce but. L'étude approfondie de ces différents moyens ne peut que développer et préciser la science de l'éducation physique.

C'est la raison pour laquelle nous nous proposons d'examiner dans le domaine des jeux, les effets utiles qui peuvent résulter de la pratique des « Rondes et danses populaires ». Il est nécessaire pour que cette étude soit complète de considérer ces Rondes et danses populaires en tant qu'œuvres du folklore, de les situer dans leur milieu, dans des circonstances déterminées, de rechercher ensuite leurs caractères esthétiques, et enfin de les envisager comme des moyens d'éducation intégrale.

Pour ce qui est du folklore, qu'il nous soit permis de rappeler que de tous temps les milieux populaires constituèrent des centres très actifs qui donnèrent lieu à l'éclosion de coutumes, de mœurs locales, à la création d'œuvres d'art populaire parmi lesquelles les rondes et les danses qui nous intéressent plus particulièrement. Aux origines des civilisations nous voyons les différentes manifestations d'art populaire se présenter avec les mêmes caractères qui les distinguent encore aujourd'hui. Qu'il s'agisse des arts au repos ou des arts du mouvement (danse, musique, poésie) nous y retrouvons d'abord une adaptation parfaite au milieu, aux circonstances, à la mentalité collective des masses, ensuite la concrétisation des instincts naturels de l'homme, de sentiments ethniques, et par dessus tout une tendance générale vers le rythme.

Et puisqu'au cours de cette étude nous aurons à rappeler souvent l'importance éducative du rythme disons en quelques mots ce qu'il est. On entend en musique par rythme la répétition régulière de 2 en 2, de 3 en 3, de 4 en 4 mesures, d'un groupe de valeurs de durée qui forment ainsi un dessin symétrique. Le rythme n'appartenant pas exclusivement à l'art musical, peut se retrouver dans toute œuvre présentant, si non la répétition exacte d'un groupe de valeur, qu'il s'agisse de durée, de forme ou d'intensité, du moins le rappel symétrique de ce groupe.

La perception du rapport qui unit entre eux ces différents éléments exige une abstraction intellectuelle dont seul est capable l'individu possédant des facultés cérébrales assez développées.

Comment expliquer dès lors la perception du rythme par les peuples primitifs, et la tendance qu'ils ont à rythmer toutes leurs

activités ? Et ici nous rentrons dans le domaine de l'éducation physique, car en effet, il est permis de dire que c'est par le chemin des muscles que le rythme a atteint les centres nerveux supérieurs. Lorsque le primitif se livre à la pratique de la vannerie qui est une des premières industries humaines, il est obligé par des raisons d'utilité immédiate, par les conditions mêmes de cette technique, d'entrelacer des brins d'osier d'une façon régulière et symétrique. Le répétition continuelle de ces mouvements

SUÈDE.

En plein air : « *Muntra musikanter* »
[Extrait de « *Sanglekar* » par K. Nillsson, A. Ljungström et P. Nodermann, Lund].

finit par lui en donner l'habitude musculaire. Il en est de même pour le sauvage qui, ayant à vaincre à l'aide de pagaies le courant du fleuve sur lequel il navigue, se rend compte de l'avantage qu'il y a pour lui, à pagayer d'une façon régulière. Dans ces deux cas, un travail musculaire a fourni au cerveau la notion abstraite du rythme.

Ce rythme est un élément tellement important et essentiel, que sa réalisation est le but principal du primitif dans la plupart

de ses activités artistiques. Les mélodies et les danses primitives auxquelles on rechercherait en vain un caractère de beauté sont essentiellement rythmiques.

Contentons-nous de remarquer, pour y revenir d'une façon plus détaillée, que les rondes et danses populaires présentent à côté d'autres effets tout aussi importants, celui de développer le sentiment rythmique.

Comme toutes les autres œuvres d'art populaire, les rondes et les danses ont subi une longue évolution au cours de laquelle on les voit se différencier suivant le milieu, et exprimer des caractères ethniques particuliers. Les sujets qu'elles développent embrassent tous les domaines de la vie, presque toujours ils découlent des instincts naturels de l'homme (sexe, amour, imitation, domination, émigration). C'est là un caractère qu'il ne faudra pas perdre de vue dans l'éducation morale de l'individu formant partie intégrante de la société.

Nous proposant de revenir en particulier sur ces considérations d'ordre général, classons les rondes et les danses dans l'ordre suivant :

1° *Rondes dansées ou danses populaires :* qui s'exécutent sans chant et avec accompagnement de musique.

Exemples : *Les bourrées :* (Gascogne-Auvergne).
Quadrilles : (Campine-France-Scandinavie).
Zardanas : (Espagne).

2. *Les rondes chantées et dansées :* qui consistent en danses, ou figures s'exécutant avec chant.

Exemples : « *Van den Mosselman* » (Flandres).
« *Eens in mijn jeugd* » (En gang i min Ungdom) (Scandinavie).
« *Piron n'veut pas danser* » (Liége-Wallonie).

3. *Les rondes chantées et mimées :* qui comportent l'interprétation par une mimique de circonstance des paroles du chant.

Exemples : « *Sur le Pont d'Avignon* » (France).
« *Hoe doet de boer* » (Flandres).
« Hoe zaait de boer zijn koreke
Zoo zaait de boer zijn koreke »

(Les enfants imitent les différents actions du paysan).

Van t'Paterken (Flandres).

Au point de vue esthétique ces danses trouvent leurs caractères principaux, dans la naïveté et la simplicité, dont elles sont empreintes.

Il nous reste à nous demander lorsque nous les considérons comme des moyens d'éducation intégrale, quelle influence elles peuvent exercer sur le développement physique, esthétique et moral de l'individu.

SUÈDE.

Ronde chantée : « *I dag den förste maj* »
[Extrait de « *Sanglekar* » par K. Nillsson, A. Ljungström et P. Nodermann, Lund].

En ce qui concerne le *développement physique*, les rondes et les danses populaires présentent les mêmes caractères que les jeux. De plus toutes nécessitent un travail musculaire parfois assez intense, toujours très rythmé et leur exécution demande une très grande coordination. Aussi, selon nous, peut-on les considérer comme d'excellents « Jeux rythmiques ».

L'intervention de la musique comme élément régulateur a la plus heureuse influence sur le développement des centres de coordination. On constate en effet que des petits enfants, pour

lesquels une marche cadencée présente de très grandes difficultés, exécutent très facilement les mouvements et les pas intervenant au cours de ces rondes. Il est certain que la pratique de celles-ci augmentera la précision, la régularité de leurs mouvements. D'autre part lorsqu'il s'agit de rondes mimées, leur exécution demande beaucoup d'observation, nécessite une interprétation individuelle et l'extériorisation physique de celle-ci.

SUÈDE.

Ronde enfantine : « *Han hälsade sa* »
(Extrait de « *Sanglekar* » par K. Nillsson, A. Ljungström et P. Nodermann, Lund).

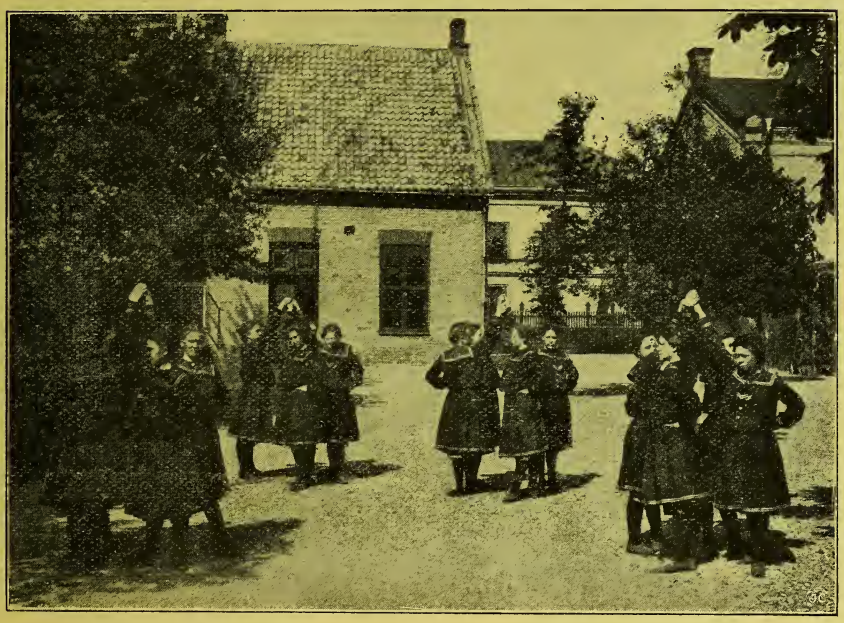
Comme la mimique doit être comprise, elle habitue à la contraction musculaire exacte et suffisante destinée à exprimer une idée ou un sentiment. Si nous tenons compte aussi de ce fait que les mouvements parfois assez complexes auxquels donnent lieu ces danses, sont de ceux que l'on ne retrouve guère dans les séries d'exercices gymnastiques proprement dits, que par conséquent échappant de ce côté à tout contrôle systématique, ils subissent pourtant une influence régulatrice de la part de la musique, qui en modifie non seulement la durée mais aussi la

forme et l'intensité, nous admettrons que par l'emploi des rondes et des danses populaires il est possible d'arriver à un plus grand équilibre musculaire et nerveux.

Il est certain aussi que leur exécution donne à une partie de la leçon un caractère de beauté dont il faut tenir compte dans le *développement esthétique* des élèves.

A la beauté naïve et saine des mélodies et des paroles de ces rondes s'ajoute encore celle des danses et des figures carac-

SUÈDE.



« *Bonden och krakan* »
(Extrait de « *Sanglekar* » par K. Nillsson, A. Ljungström et P. Nodermann, Lund).

téristiques où se concrétisent et les instincts naturels de l'homme, et les sentiments ethniques d'un peuple.

Parfois les gestes gauches et malhabiles diront toute la candeur et la naïveté de l'enfance, parfois aussi en des danses tour à tour souples, gracieuses ou farouches, s'exprimeront les différentes modalités de l'amour, d'autrefois les attitudes libres et dégagées diront toutes les joies et la force d'une race.

Enfin, et ici nous entrons dans le domaine de l'éducation morale, les rondes et les danses populaires constituent des moyens collectifs d'expression.

Par le fait qu'elles font travailler un groupe de danseurs à l'élaboration d'un ensemble elles créent momentanément une mentalité collective, ce qui provoque au cours de leur exécution un grand et salutaire enthousiasme.

Et l'on ne saurait assez insister sur l'importance de ce résultat, à une époque, ou dans toutes leurs activités, les hommes sentent

SUISSE (GENÈVE).

Ronde de Margoton.

(Extrait de « *Jeux et rondes populaires pour petits et grands* » par Mme Ballet).

le besoin inéluctable de se grouper, et de s'associer dans la lutte pour l'existence. La pratique de ces rondes a encore pour effet de faire se réveiller en nous le sens ethnique, et de provoquer une gaîté, une satisfaction particulière que rien en dehors de ces œuvres populaires ne pourrait engendrer.

Aussi estimons-nous que des jeux qui réunissent des effets physiques, moraux et esthétiques si intenses, ne peuvent pas

disparaître. Il y a intérêt pour notre jeunesse à interpréter ces œuvres que le peuple a imprégnées de ses sentiments les plus beaux, les plus intimes, les plus purs, et nous croyons que c'est faire œuvre d'hygiène, de moralité populaire et d'esthétisme que de les faire revivre. Certes, il ne faudrait pas remplacer complètement l'application d'une méthode de gymnastique éducative par la pratique de ces rondes, qui ne doivent en être qu'un complément précieux.

SUÈDE.

A la salle de gymnastique : « *Hafreskörden* »
[Extrait de « *Sanglekar* » par K. Nillsson, A. Ljungström et P. Nodermann, Lund].

Il faut aussi tenir compte dans leur exécution du fait que certaines d'entre elles sont plus spécialement destinées à des enfants, des jeunes gens, ou des adultes. Le sens même des paroles, la difficulté des danses fixeront l'éducateur à cet égard. Toutefois un grand nombre de rondes peuvent indifféremment être exécutées par des élèves de tout âge, et il est même extrêmement intéressant de constater combien est grande la variété des mentalités qui président dans ces différents cas à l'interprétation de ces œuvres.

Nous pensons aussi qu'il est indispensable, si l'on veut obtenir les effets visés, de faire preuve de probité artistique en conservant à ces danses leur caractère propre, en donnant à chaque mot, à chaque geste sa valeur exacte. Il convient de voir au cours de leur exécution quelles sont les parties devant être mises en relief, il ne faut pas les dénaturer, en un mot, il faut les interprêter dans leur style et leur esprit particulier.

Nous ne croyons pas que des adaptations de danses et de pas quelconques sur des mélodies populaires puissent provoquer des effets aussi importants au point de vue moral et esthétique. Il y manquera toujours, cette unité qui fait toute la valeur des œuvres du folklore.

Aussi en concluant, émettons nous les vœux suivants :

1. Voir les rondes et les danses populaires, trouver leur place au cours de la leçon de gymnastique, dans la partie réservée aux jeux, et les voir exécuter en plein air, au cours des excursions scolaires chaque fois qu'il se pourra.

2. Les voir interpréter d'une façon intégrale et précise avec le caractère, l'esprit et le style qui leur sont particuliers.

3. Les voir grouper d'après leur sens ou leur difficulté en rondes pour enfants, pour adolescents, pour jeunes gens et adultes.

RÉSUMÉ DE LA DISCUSSION.

M. Roper (Angleterre, Eton College). — Je n'ai jamais compris la raison pour laquelle des gymnastes arythmiques critiquaient la gymnastique eurythmique.

Les mouvements gymnastiques prévus par la méthode suédoise sont indispensables au développement harmonique du corps, sont d'excellents correctifs des positions défectueuses engendrées par notre vie artificielle. Au point de vue esthétique, nous devons à la vérité de dire qu'ils laissent à désirer.

Si nous voulons extérioriser par notre corps quelque pensée, si nous voulons lui permettre de s'exprimer, en la langue humaine qui est la mimique, les positions suédoises sont insuffisantes. On ne peut en fléchissant les avant-bras sur les bras que révéler indistinctement ses pensées intimes.

Les mouvements suédois, admirables moyens éducatifs et correctifs sont nécessaires, surtout à l'école ; ils diffèrent complè-

tement de la gymnastique eurythmique et ce qui les en sépare, c'est le drame. Quelqu'un a fait quelque chose, peu importe quoi, des enfants cherchent à l'imiter, à exprimer les mêmes pensées par leurs mouvements

Et voilà un roman, de la vie enfin, qui s'extériorise par des attitudes et des gestes. Les rondes populaires empruntent le plus leur sujet à des époques passées, ce sont celles qui rappellent la vie campagnarde ou qui s'exécutent en costumes nationaux que nul ne porte plus aujourd'hui. Certes il est beau et utile de les faire revivre chez nos enfants.

SUISSE (GENÈVE).

Ronde enfantine : *Meunier, tu dors.*
[Extrait de « *Jeux et rondes populaires pour petits et grands* » par Mme Ballet].

Mais puisque la gymnastique eurythmique peut éveiller chez l'enfant la connaissance du beau et le pouvoir d'exprimer celui-ci, ne nous localisons pas dans le passé et créons des rondes plus en rapport avec notre mentalité moderne.

N'y a-t-il pas moyen de chanter les réalités et les beautés de la vie contemporaine ? Ne pourrait-on pas, par exemple faire pour la ronde et la chanson ce que fit en sculpture le grand Constantin Meunier, c'est-à-dire trouver la beauté autour de nous, dans les différentes activités de notre vie actuelle ?

J'ai entendu avec grand plaisir une chanson de l'espèce de M. J. D. Schnelle, de Genève, actuellement à Stockholm, chanson

montrant un facteur des postes apportant des lettres de joie, de deuil et de misère.

J'offre à M. Schnelle ce thème nouveau. C'est une classe d'école primaire qui chante :

« Le mineur se lève tôt : ses enfants dorment encore. Il marche au travail. Il n'est pas très instruit, mais il est fort.

Le voilà qui arrive au puit. Il entre dans la cage, et descend, vite comme une pierre qui tombe.

Au fond il prend la lampe, et marche, la pioche sur l'épaule dans le couloir qui devient de plus en plus étroit. Le voici qui se penche, il travaille couché, gisant sur la terre. Le charbon tombe. Le mineur devient noir, peu lui importe. Il rentre chez lui, il se lave, on mange, on dort. »

Et encore ce thème.

« Les ouvriers d'une fonderie attendent près du fourneau. La lumière est éblouissante. On se couvre les yeux. L'air est chaud. Soudain un signal. Les portes du fourneau s'ouvrent. On saisit le fer avec des tenailles. On le traîne. Les marteaux tombent, boum ! boum ! Des étincelles s'envolent et disparaissent. Les marteaux tombent, boum ! Le fer est prêt, on le coupe, on le presse etc. ».

Chacun des enfants chante quelques mots sur les différentes opérations subies par le fer.

Emprunter les rondes anciennes, c'est se replonger dans le passé et rendre plus difficile le progrès. Notre vie industrielle a une beauté qui mérite d'être chantée. Loin de moi l'idée de vouloir abandonner l'usage des rondes d'autrefois, qui sont belles et vivantes.

Mais je me demande si c'est la vraie sagesse, que celle qui montre aux enfants d'aujourd'hui ce qu'il y avait de beau hier, et qui laisse en tout leur réalisme sordide et horrible les actualités de la vie moderne ?

M. H. De Genst (Bruxelles). — Nous sommes d'accord avec M. Roper pour dire qu'il est désirable que l'on crée des rondes populaires en rapport avec la vie contemporaine. Du reste, le maître Jaques Dalcroze a composé plusieurs rondes enfantines empruntant leurs sujets à la vie d'aujourd'hui, et qui sont en voie de devenir populaires. Il est évident que si l'on envisage

le développement de l'observation, et l'acquisition de la mimique, que les résultats obtenus au moyen de ces œuvres modernes seront les mêmes que ceux qu'il serait possible d'atteindre par l'exécution de rondes anciennes.

M. Jul. Ficher (Bruxelles). — Encore faut-il que ces créations présentent un ensemble de qualités qui leur permettent de devenir populaires, à savoir une grande simplicité, une adaptation générale aux exigences de la mentalité collective.

D'autre part, sauf pour certains sujets spéciaux, particuliers à notre époque, il nous serait impossible de créer d'une seule pièce des œuvres dont la composition a demandé la collaboration de générations successives. Une ronde ne rend le sentiment populaire que lorsque le peuple lui-même est intervenu pour en modifier la mélodie, le texte et la mimique ; et c'est précisément ce travail collectif, que rien ne saurait remplacer qui fait toute la valeur des œuvres du folklore. En dehors des sujets spéciaux dont parle M. Roper (industrie, vie, contemporaine) n'y a-t-il pas des sentiments qui sont propres à tous les âges, l'amour, l'héroïsme, la gaîté n'appartiennent-ils pas à toutes les époques. Est-ce retourner en arrière que reconnaître la beauté de choses qui seront belles toujours. Evidemment non.

Faire revivre l'usage des rondes anciennes, c'est favoriser la création d'œuvres nouvelles, conçues dans l'esprit des traditions populaires. Nous pensons donc qu'il est utile de faire exécuter au cours de la leçon de gymnastique dans les conditions que nous précisons dans notre rapport, les rondes anciennes, ainsi que les rondes modernes qui présentent les qualités nécessaires pour devenir populaires.

Les vœux proposés sont adoptés.

Démonstration de rondes et danses populaires

donnée par MM. H. DE GENST et Jul. FICHER, (Bruxelles)

avec le concours des membres de la Ligue nationale Belge de l'Education physique.

Rondes exécutées :

1. Van den Mosselman (Belgique-Flandres).
2. Rondedans (Belgique-Flandres).

3. Piron n'veut pas danser (Belgique-Liége).
4. Eenzaam ga ik hier (traduit du suédois).
5. Eens in mijn jeugd (idem).
6. Vertrouwelijke band (idem).
7. Jag ser dej (traduit du suédois).
8. Nu ä' de' jul igen (ronde suédoise dansée).

SUÈDE.

« *Jag ser dej* »
[Extrait de « *Sanglekar* » par K. Nillsson, A. Ljungström et P. Nordemann, Lund].

La gymnastique rythmée.

Rapport présenté par MM. H. DE GENST et Jul. FICHER.

Professeurs d'Education physique, Bruxelles.

Le problème de l'éducation physique ne peut se résoudre que par l'étude attentive et scientifique de tous les moyens susceptibles de contribuer à atteindre le perfectionnement humain intégral et harmonique.

Un des moyens, dont la valeur est, aujourd'hui encore, mise

en discussion, est la musique. Nous nous sommes proposé d'examiner son influence spéciale au point de vue gymnastique et les différentes méthodes sur lesquelles se base son application pédagogique,

Constatons d'abord que deux écoles se trouvent en présence : l'une rejetant tout accompagnement musical dans l'exécution des exercices gymnastiques,. l'autre la préconisant.

Les partisans du premier système invoquent que le travail musculaire, pour être exécuté en musique, demande un effort excessif de la mémoire, celle-ci devant retenir non seulement la

SUÈDE.
Institut Central et Royal de gymnastique de Stockholm.

Ronde chantée.
(Cliché de M. le Major Lefébure, Bruxelles).

forme et le rythme de l'exercice, mais encore la série des mouvements qui se succèdent pour constituer une phrase gymnastique et musicale. Ce travail de mémoire requiert toute l'attention de l'enfant ; aussi apparaît-il dans l'exercice proprement dit des fautes relatives à la précision des mouvements et à la pureté des formes. Ces fautes font perdre à l'exercice ses qualités éducatives essentielles, non seulement au point de vue physiologique, mais encore psychique. De plus, le rythme musical ne convient pas toujours à la forme de l'exercice et les rythmes musicaux et gymnastiques

ne s'allient pas dans la majorité des cas. Enfin que la parole n'est, en dernière analyse, qu'une expression musicale, mais combien variée comme nuances, comme rythmes et comme effet suggestif.

Si nous examinons les raisons imaginées pour expliquer l'emploi de la musique comme moyen d'éducation physique, nous pouvons les résumer comme suit :

Aux qualités propres à tout mouvement corporel, la musique ajoute la régularité rythmique ; elle favorise l'acquisition de l'attention et de la discipline ; elle aide puissamment à dresser la volonté ; elle excite les fonctions physiologiques et particulièrement la respiration et la circulation ; elle habitue à associer les différentes activités primitives des centres cérébraux spéciaux en permettant et en facilitant l'exécution de combinaisons plus complexes de mouvements ; elle convient avantageusement à l'obtention de la grâce dans les mouvements et développe la valeur esthétique de l'exercice ; elle constitue à elle seule une récréation et, par la sensation de plaisir qu'elle procure, augmente les résultats généraux de l'exercice et les améliore au bénéfice de l'organisme ; son emploi permet de réduire au minimum la dépense nerveuse et d'accorder ainsi une trève *relative* au cerveau, enfin, pour certains auteurs, la gymnastique eurythmique, vu ses qualités, est le premier degré de l'enseignement et ne sert qu'à préparer sa propre destitution et son remplacement par la gymnastique commandée.

Il n'entre pas dans nos intentions de discuter les arguments favorables ou défavorables à l'adoption de la musique en gymnastique. Il en est un cependant qui mérite d'être rencontré parce qu'il vient confirmer l'erreur fondamentale encore présente dans nos programmes scolaires officiels qui consiste à dire que l'exercice physique est un délassement pour l'esprit. La science moderne a démontré l'identité de la fatigue nerveuse et de la fatigue musculaire et l'incapacité dans laquelle se trouve l'organisme, de satisfaire à la fois, sous peine de dégénérescence, à une dépense nerveuse et musculaire exagérée. Que les exercices soient exécutés avec ou sans musique, jamais ils ne constituent un véritable repos pour le cerveau. Et si l'on compare la fatigue produite par des exercices exécutés au commandemant avec la fatigue

provoquée par ces mêmes exercices exécutés en musique, cette dernière est beaucoup plus grande. (1)

Quant à nous, les expériences que nous avons tentées nous ont démontré le rôle important que peut jouer la gymnastique en musique dans l'acquisition de qualités psychiques et physiques.

Les Anciens Grecs avaient déjà, avec une rare clairvoyance et une admirable compréhension du but et des moyens, découvert et su appliquer cette notion dans leur système d'éducation physique.

Il nous reste à examiner comment se fait l'adaptation de la musique au mouvement et les différentes méthodes préconisées.

Trois genres de spécialistes semblent avoir attaché leur attention à l'étude de cette question : ce sont les artistes chorégraphiques, les musiciens et les gymnastes.

Et chacun a établi une méthode d'après un point de vue particulier, ce qui semble prouver que la musique n'est qu'un moyen complémentaire et non pas essentiel, dont l'emploi varie d'après le but visé.

La danse, cette école de beauté et de grâce, devrait figurer dans tous les programmes scolaires des deux sexes : elle vise l'acquisition de l'harmonie des attitudes et mouvements, de leur souplesse et de leur légèreté, elle donne le sentiment du rythme et de la réalisation expressive de sensations et de sentiments, elle éduque les centres cérébraux en les obligeant à des coordinations précises malgré leur complexité.

Pour la réalisation de cet idéal deux tendances pédagogiques se trouvent en présence : celle de l'école de la danse avec ses décompositions de pas d'après des positions conventionnelles, avec des mouvements déterminés de membres sous forme de pointés, d'arrondis, de balancés, etc., avec ses combinaisons qui la conduisent aux formes modernes du ballet.

La seconde, dont nous avons vu la démonstration remarquable par Miss Isidora Duncan et ses jeunes élèves n'est que l'étude de l'expression du sentiment par le geste et le mouvement. Cette méthode est plutôt subjective et demande des aptitudes spéciales innées. Comparée à la première, elle est autrement vivante et humaine et si ce n'était l'absence du rythme qui parfois se

---

(1) Arriération mentale par Dr Ley.
Etude éducative pour enfants anormaux par M. Marquebreucq.

constate dans sa pratique, elle semble être le degré le plus élevé de la gymnastique synthétique (synthèse de l'idée, du sentiment et du mouvement).

Pour l'école, nous retenons de cette première application de la musique au mouvement : les marches simples avec chants, les « Reigen » ou combinaisons de pas variés avec chants, les pas simples et rythmés de danses modernes : polka, mazurka, valse, etc., exécutés d'une manière artistique et éducative, les danses et rondes populaires et enfin les scènes enfantines composées de mouvements imitatifs, mimés et expressifs, accompagnées de chants et de musique instrumentale.

SUISSE (GENÈVE).

C'était une grande perche !

(Extrait de « *Jeux et rondes populaires pour petits et grands* » par Mme Ballet).

Les musiciens, et particulièrement M. Jaques Dalcroze, ont eu pour but l'acquisition du sens purement rythmique. C'est la base essentielle de la méthode si personnelle du maître suisse. Il considère le rythme comme le reflet des mouvements corporels et comme dépendant du bon équilibre et de l'harmonie générale de ces mouvements. Il donne par conséquent une expression corporelle à chaque valeur musicale et par des exercices appropriés, il développe intuitivement le sentiment de la mesure et du rythme. Cette méthode est purement psychologique et tout en estimant qu'elle a une valeur immense au point de vue musical, nous n'avons pu distinguer ses effets physiologiques et morphologiques. Tout au plus, par la mise en activité de différents

segments, la dépense musculaire occasionne-t-elle une augmentation fonctionnelle des organes essentiels de la vie, mais cette augmentation ne peut suffir à l'éducation systématique, logique, progressive et harmonique des différentes fonctions physiologiques. Et lorsque M. Jaques Dalcroze, par sa méthode, aura établi des rapports entre les éléments musicaux et les mouvements plastiques qui les précèdent, les accompagnent ou les produisent, il aura contribué à cultiver et à perfectionner le sens élevé de la coordination des mouvements qui n'est *qu'un* des modes éducatifs du système nerveux. En somme cette méthode se rapporte beaucoup plus à l'enseignement musical qu'à l'éducation physique.

C'est en nous inspirant des bases psychologiques et musicales du distingué professeur genévois et des bases physiologiques du système de Ling que nous avons conçu une méthode nouvelle de *gymnastique rythmée* dont nous soumettons modestement les données à vos critiques éclairées. Nous ne doutons pas que notre œuvre ne renferme des lacunes et des imperfections et, seul, le désir de collaborer à l'œuvre du progrès scientifique nous a décidé à adresser ce rapport au Congrès.

Nous sommes heureux de reconnaître que déjà d'autres essais ont été tentés en ce domaine : ils consistent simplement à composer une mélodie sur laquelle on inscrit des séries d'exercices se composant de 4, 6 à 8 temps, parfois davantage encore. Au point de vue rythmique elles n'ont aucune valeur, elles rappellent les séries d'exercices, apprises par cœur, aussi fastidieuses que peu utiles, encore employées dans le système empirique sexlatéral (Spiess Happel) et ne présentent d'autres avantages que d'adopter la musique comme stimulant, aide-mémoire et moyen pour conduire des ensembles où le commandement deviendrait insuffisant. (1)

Bases générales de la gymnastique rythmée.

Chaque exercice gymnastique possède une mesure propre déterminée d'après la difficulté de l'exercice, d'après l'inertie du segment à déplacer, d'après l'amplitude du mouvement, d'après les effets physiologiques à viser.

(1) Voir *Revue Gymnastique*. — La gymnastique eurythmique.

Les exercices s'exécutent dans la forme indiquée par la gymnastique suédoise.

Exemples : La mesure étant la division égale du temps et de l'espace, d'après une unité prise comme terme de comparaison et avec le retour périodique du temps fort, celle de l'exercice *mains aux épaules* s'écrira musicalement

Il est entendu que toute note soulignée indique la valeur du maintien de la position soit initiale, soit d'arrivée.

Autres exemples :

Joindre et écarter les pieds = mesure

Tourner rapidement la tête = »

Etendre les bras levés = »

Poser le pied en station oblique = »

Inspirer profondément = »

Expirer = »

Se fendre profondément = »

Poser les pieds en station écartée = »

Elever et étendre le genou = »

etc.

Analysons ces quelques types de mesures.

a) Nous accordons au maintien d'une position initiale ou d'arrivée une durée afin de lui permettre de produire ses effets gymnastiques.

Cette durée est proportionnée d'après le but à atteindre.

Ms. Es. = 1 temps d'arrêt

1/2 st. (équilibre) = 2 temps d'arrêt

Fente = 3 temps d'arrêt à comparer avec le

mouvement St. Obl. = 2 temps d'arrêt | ♩ ♩ | (segment à déplacer moins grand).

b) Les expirations sont plus longues physiologiquement que les inspirations, pour tout exercice respiratoire l'inspiration sera représentée par 3 et l'expiration par 4

| ♩ ♩ ♩. | ♩ ♩ ♩ ♩ |

c) Les mesures d'exercices peuvent se combiner et donner lieu à des successions régulières de rythmes déterminés.

Les combinaisons peuvent donner lieu :

1° A des rythmes simples.

♩ ♩ | ♩ ♩ | ♩ ♩ | ♩ ♩ | ou
♩ ♩ | ♩ ♩ | ♩ ♩ | ♩ ♩ |

♩ ♩ ♩ | ♩ ♩ ♩ | ♩ ♩ ♩ | ou
♩ ♩ ♩ | ♩ ♩ ♩ | ♩ ♩ ♩ | etc.

2° A des rythmes alternants.

♩ ♩ | ♩ ♩ | ♩ ♩ | ♩ ♩ | ou
♩ ♩ | ♩ ♩ ♩ | ♩ ♩ | ♩ ♩ ♩ |

3° A des rythmes simultanés.

♩ ♩ | ♩ ♩ |
♩ ♩ | ♩ ♩ |

Ces différentes combinaisons permettent une variété infinie de rythmes.

Voyons maintenant des séries d'exercices rythmés.

1° Pos. | St. av. Pte Ps. | Rot. T. g. av. | dr. av. |

Posez. Pos. | St. av. Pte Ps | Rot. T. g. av. | dr. av. |

Posez. Pos. |

2° | Ms. Es. - | Bs. lev. - | Ms. Es. - | Bs. lat. - | Ms. Es. - |

Bs. av. - | Ms. Es. - | Bs. en bas - |

3° | Ext. Bs. lev. - | Oscill. Es. - | Oscill. Es. - |

Ext. Bs. lat. - | Ext. Bs. lev. - | Balanc^t Bs lat. - | Balanc^t Bs lat. - |

Ext. Bs en bas - |

4° | Fent.obl.g. - - - | Pos. - - - | Fent.obl.dr. - - - |

Pos. - - - | Fent.obl.g. - - - | Pos. - - - |

Fent.obl.dr.- - - | Pos. - - - |

5° Elev. Bs lat. | Tournez Ms. | Bs. lev. Flex. Js.

Redress^t Js. Abaiss^t Bs lat. | Tournez Ms. | Position

Elev. Bs. lat. | Tournez Ms. | Bs. lev. Flex. Js.

Redress^t Js. Abaiss^t Bs lat. | Tournez Ms. | Position

6° St.obl.av.(g.) - - | Bs. lev. - - | Pos.Bs.lev. - - | Ms. Es. -

St.obl.av.(dr.) - - | Bs. lev. - | Pos.Bs.lev. - - | Ms. Es. -

7° Fent.obl.(g.) - - - | Pos. - - -

Ms. Es. - Bs. lev. - | Ms. Es. - Pos. -

Fent.obl.(dr.) - - - | Pos. - - -

Ms. Es - Bs. lev. - | Ms. Es. - Pos. -

8° St. éc. - - | Elév. Bs. lat. Pte Ps. | Abaiss^t lat. Bs.

Elév. Bs. lat. | Pos. Bs. lat. | Ext. Bs en bas

Nous avons esquissé les bases de notre méthode.

Dans un travail suivant nous nous occuperons spécialement de la synthèse du geste de l'idée et du sentiment.

Au point de vue enseignement cette méthode procède par principes évidemment spéciaux mais qu'il serait trop long d'exposer ici. Nous pouvons néanmoins dire que la leçon ne négligera pas l'éducation des grandes fonctions physiologiques, sera corrective, s'adressera particulièrement au sens rythmique et à celui de la coordination des mouvements sans cependant se composer à l'école primaire uniquement d'exercices de notre méthode (la fatigue provoquée devenant, à moins d'un entraînement spécial, trop considérable) elle tiendra enfin compte des notions esthétiques qui président à la réalisation de mouvements synthétiques exprimant des sensations et des idées.

VŒU.

Considérant l'importance du développement et de l'éducation du sens rythmique, considérant l'influence réciproque de la musique et des exercices physiques au point de vue de la culture de ce sens, nous émettons le vœu de voir introduire dans les leçons de gymnastique des exercices spéciaux de gymnastique rythmée ainsi que des mouvements permettant l'expression esthétique du sentiment, des idées et des émotions, par le geste.

RÉSUMÉ DE LA DISCUSSION.

Mlle Guilliaume (Bruxelles), s'étonne de voir que dans la méthode de gymnastique rythmée de MM. H. De Genst et Ficher des temps de repos soient marqués par plusieurs notes alors qu'il conviendrait d'écrire par exemple pour un repos durant trois temps une blanche pointée 𝅗𝅥. plutôt que 3 noires ♩ ♩ ♩ ou mieux encore un silence de trois temps.

M. Ficher (Bruxelles). — Il est nécessaire lorsque les éléves ne sont pas suffisament préparés d'indiquer chaque temps séparément. Les élèves s'habituent peu à peu à compter mentalement les temps de repos et ce n'est qu'alors que les repos comprenant plusieurs temps peuvent être indiqués par une seule note 𝅗𝅥. 𝅗𝅥 etc. ou par un silence.

Dans les cas de rythmes à combinaisons simultanées les rythmes différents sont indiqués au piano par les deux mains.

Mlle Guilliaume (Bruxelles). — Dans les exercices exécutés au cours de la démonstration je n'ai pas retrouvé de caractère esthétique. La base même de la méthode semble plutôt gymnastique qu'artistique.

M. De Genst (Bruxelles), fait observer que la démonstration n'avait d'autre but que celui de faire comprendre les principes techniques de la méthode.

Les mêmes mouvements gymnastiques, peuvent, tout en conservant le même rythme qui n'implique qu'une idée de rapport et non de durée, se modifier et acquérir un caractère de beauté. Cette partie de la méthode constituerait la gymnastique rythmée appliquée.

Les vœux proposés sont adoptés.

Démonstration de gymnastique rythmée

donnée à des jeunes gens de 12 à 15 ans.

Professeurs : MM. H. DE GENST et Jul. FICHER (Bruxelles).

A) *Exercices à rythmes simples.*

1° | ♩ ♩ | ♩ ♩ |

2° | ♩ ♩ – | ♩ ♩ – |

3° | ♩ – – – | ♩ – – – |

B) *Exercices à rythmes alternants.*

1° | ♩ ♩ ♩ | ♩ ♩ ♩ ♩ |

2° | ♩ – – | ♩ – |

3° | 𝅗𝅥 𝅗𝅥 | ♩ ♩ ♩ | ♩ ♩ ♩ ♩ | ♩ ♩ ♩ |

C) *Exercices à rythmes simultanés.*

1°

Séance du vendredi 5 août 1910.

Présidence de M. ALLAN-BROMAN (Londres).

Mlle K. Jentzer (Genève) donne lecture d'un fragment d'une lettre adressée par M. Jaques Dalcroze à M. Thiébaut, lettre qui constitue une véritable profession de foi de la part du maître.

« Il importe qu'il n'y ait pas de lutte en la gymnastique suédoise et la gymnastique rythmique. La première est la plus admirable des méthodes hygiéniques et elle est certainement la la base de toute éducation corporelle sérieuse.

La gymnastique rythmique est tout autre chose. Elle établit les rapports entre le corps développé hygiéniquement et l'esprit, grâce à une série d'exercices dont le but est d'éduquer les centres nerveux. Elle est dans mon esprit le couronnement des études gymnastiques et non pas un remplacement de celles-ci. C'est ce qu'il importe de montrer dans un congrès et pas autre chose, et je tiens essentiellement à ce que ma méthode soit considérée comme un acheminement vers l'art, grâce au rythme qui est à la base de tous les arts et non comme une simple méthode de culture corporelle.

C'est la musique, art complet et que réalise d'ores et déjà, toutes les combinaisons rythmiques rêvées qui doit servir de modèle à nos exercices, et c'est grâce à elle que la gymnastique suédoise verra réaliser ses aspirations artistiques, selon les prévisions de Ling lui-même. »

La gymnastique rythmique.

(Système Jaques Dalcroze).

Rapport présenté par Mlle GUILLIAUME.

Je n'ai pas la prétention de faire ici un exposé de la méthode Jaques Dalcroze, je vous dirai quelques mots seulement sur la façon dont cette méthode de rythme s'est développée et sur la

puissance éducative qu'elle a acquise, tant au point de vue physique et moral, qu'au point de vue plastique et musical.

Dalcroze est arrivé à la création de sa magnifique conception du rythme, en enseignant le solfège au Conservatoire de Genève.

Ne parvenant à faire solfier certains enfants en mesure, il leur dit : « mais marchez-moi, cela » et il s'aperçut que ce que les enfants ne pouvaient faire au moyen de la voix ou de la parole, ils le pouvaient parfaitement bien en employant tout leur corps, car les enfants, j'entends les enfants normaux, possèdent le rythme en eux à un degré plus ou moins perfectionné, les mouvements de la marche, de la course et de la danse ont tous leur rythme. Vous pourrez juger par vous-mêmes tout à l'heure, sur la façon dont les enfants exécutent les commandements donnés de la diversité qui existe dans ces dispositions rythmiques. — Les uns ont une tendance à presser d'autres à ralentir, les uns comprennent bien et ne peuvent exécuter, les autres exécutent d'instinct et si vous leur demandez quelles sont les valeurs qu'ils marchent ils ne pourront vous les nommer.

Nous avons un pas spécial pour chaque valeur de notes, les enfants vont vous les montrer afin que vous compreniez mieux la démonstration qui suivra.

Je crois que c'est le moment ici d'attirer l'attention des personnes qui sont au courant de la façon dont on a enseigné le solfège jusqu'à présent sur ce fait que Dalcroze prend pour unité la ♩ alors que jusqu'à présent on partait de la 𝅝 et les enfants au lieu d'avoir à diviser une unité trop grande en un nombre infini de parties, ajoutent des pas les uns aux autres ce qui leur est très facile.

Nous disions que chez quelques élèves la réflexion précède le mouvement, chez les autres elle vient après, parfois même elle ne vient pas du tout, ce qui ne les empêche pas d'exécuter très exactement toutes les durées.

Tout professeur de musique ne se sert-il pas du rythme musculaire de façon tout à fait instinctive ?

Que faisons-nous si l'élève ne joue pas en mesure ? Nous frappons de la main sur le piano ou du pied par terre, et vous-mêmes que ferez-vous en jouant d'un instrument quelconque si une mesure compliquée vient vous surprendre ? vous marquerez

le rythme de la tête et même de tout le corps, si la difficulté devient grande.

C'est donc bien la preuve qu'en nous, dans notre appareil musculaire se trouve un foyer de rythme qui peut se perfectionner à l'infini.

Mais Dalcroze est arrivé par l'étude du Rythme à une compréhension beaucoup plus vaste de la portée que son développement peut avoir sur l'éducation tant physique que morale et esthétique.

Par ses exercices de gymnastique rythmique, il voudrait rendre au geste sa beauté, son expression naturelle.

Toute notre éducation à nous autres femmes, n'a-t-elle pas consisté jusqu'à présent sous l'influence de la mode, de la religion, de tous les préjugés en général, à paralyser nos mouvements.

La tenue d'une jeune fille soi-disant bien élevée, n'était-elle pas de réprimer tout ce qui en elle aurait été naturel ! Il lui était défendu de faire un geste dépassant une très petite circonférence autour de son corps, ce corps lui-même était réduit à son plus petit volume, tant par l'usage du corset que par celui des bottines trop étroites, des gants, des jupes fourreaux, etc., etc... tout cela ayant une répercussion sur le moral : défense d'avoir une opinion personnelle et surtout de la communiquer à autrui, de dire la vérité sur quelque sujet que ce soit. Il semblait pour les parents que le type idéal de la jeune fille était d'occuper la plus petite place possible, et si par malheur la nature lui faisait dépasser l'espace fixé par les convenances, vite au moyen des artifices cités plus haut, on faisait tout rentrer dans l'ordre traditionnel.

Heureusement aujourd'hui, tout est changé. La jeune fille est devenue plus libre, mais a-t-elle reconquis du jour au lendemain le naturel, l'harmonie des mouvements et la grâce qui en résulte ? cette liberté physique qui commence à lui être rendue se montre-t-elle déjà dans ses attitudes dans sa manière de se mouvoir et se sert-elle sans entraves de tous les moyens d'expression que la nature a mis à sa disposition ? Je ne le pense pas et il semble que c'est précisément à ce point de vue que la méthode de Gymnastique-Rythmique peut acquérir une haute portée morale et éducative. Je sens ici une objection se former dans votre esprit. Vous allez dire : « Mais l'enfant ou la jeune fille va perdre ainsi toute modestie ! » A quoi je répondrai que la seule

différence que nous pourrons observer entre la jeune fille qui aura reconquis la liberté physique et la jeune fille d'autrefois, c'est que, si elle n'est pas modeste, elle ne fera pas semblant de l'être, ce qui ne me paraît pas un mal.

La modestie est une qualité toute morale et non physique, elle dépend de la juste notion que nous avons de notre valeur infime en rapport avec l'humanité ou avec la société qui nous entoure et si ce sentiment est développé par l'éducation, il se montrera dans nos attitudes.

Par l'étude assidue du geste rythmé, Dalcroze veut que nous reprenions la maîtrise de nos mouvements et il veut rendre au corps son équilibre et son harmonie générale. Combien de personnes présentes ici, pourraient affirmer en toute sincérité que jamais dans aucune circonstance de la vie, elles n'ont éprouvé une certaine maladresse physique, une gêne à se mouvoir librement et spontanément résultant de manque de coordination entre le geste et la pensée ?

Qu'est-ce qui fait la grâce d'un mouvement et empêche le geste d'être ridicule ? C'est qu'il réponde exactement à notre pensée et aussi que l'effort soit proportionné au résultat que l'on veut obtenir. Je ne parle pas ici de cette grâce de convention qui s'étudie avec un maître de danse et qui fait dire d'une personne qui lève le petit doigt en prenant une tasse de thé qu'elle est gracieuse. On peut dire que la grâce dont nous nous occupons consiste en un bon équilibre corporel, elle résulte d'une division exacte de l'espace et du temps et est soumise au sentiment de la forme. Ce qui vous étonnera sans doute beaucoup c'est que l'expérience m'a fait découvrir ce sentiment de la forme, de la beauté du geste, déjà très développé chez de fort jeunes enfants.

Nous vous montrerons tout à l'heure des exercices qui ont pour but d'augmenter cette maîtrise des mouvements et qui font que chaque geste conçu peut être exécuté immédiatement sans difficulté. Et ainsi vous comprendrez comment Dalcroze parti en somme d'un simple moyen d'enseigner la musique de façon à amuser les enfants en les faisant danser est arrivé à nous donner des moyens physiques de fortifier notre volonté, de discipliner notre pensée au moyen de notre appareil musculaire.

Et ici j'insisterai particulièrement sur le côté individuel de la

méthode, le geste n'est pas un pour tous, chacun use des moyens dont il dispose suivant son tempérament, on indique à chaque enfant ses défauts mais le résultat qu'on cherche à obtenir n'est pas l'uniformité des exercices d'ensemble, c'est la précision et la beauté du geste individuel. Ce qui donne une harmonie générale aux exercices que nous vous montrerons, c'est le rythme musical qui inspire chaque mouvement. Tels dans un atelier de peintres des élèves s'inspirant du même modèle produisant pourtant des œuvres absolument différentes.

Et comme couronnement de ce travail génial, nons arrivons à l'expression esthétique, à la musique produisant chez les élèves une émotion qu'ils nous communiquent au moyen du geste et de la danse et qui sont un retour à ce que les grecs entendaient sous le nom de « musique » c'est-à-dire, la danse et la musique fondues en un seul art.

Tous ceux qui ont eu la chance d'assister aux superbes démonstrations de l'Institut de Genève ont éprouvé des impressions d'art, profondes et inoubliables. Pour ma part, il y a quelques années quand je suis allée à Genève, simplement dans l'intention de me familiariser avec une méthode d'enseignement qui me paraissait intéressante et nouvelle, j'ai éprouvé là, dans cette simple salle de Gymnastique, les plus belles émotions artistiques de ma vie, la pensée musicale du maître réalisée immédiatement par l'élite de ses élèves, m'a donnée des impressions d'un art nouveau, simple et naturel, une joie émotionante inoubliable. Excusez-moi d'avoir évoqué ces souvenirs devant vous, mais n'est-ce point le plus souvent sous l'influence de profondes émotions que nous nous décidons à suivre une voie plutôt qu'une autre, et c'est ainsi que de retour ici, je me suis mise au travail avec l'idée d'essayer de répandre l'enseignement de Jaques Dalcroze, pour autant qu'il serait en mon pouvoir de le faire.

Démonstration de gymnastique rythmique.

(Système Jaques Dalcroze).

Donnée par Mlle GUILLIAUME.

1° *Exercice de volonté spontanée.*

Les enfants marchent des noires à 2 temps ; au commandement de « hop » ils exécutent immédiatement différents mouve-

ments : soit un saut en largeur, soit une pirouette, soit un nombre donné de mesures en arrière.

2° *Exercices avec changements de valeurs de notes.*

Battre la mesure du bras droit, à hop, le bras gauche suit le mouvement du bras droit — d'abord des ♩ ♩ ♩ ♩ puis des 𝅗𝅥 𝅗𝅥 ensuite 𝅗𝅥 ♩. ♩ puis ♩ ♩ ♩ ♩ | 𝅗𝅥 𝅗𝅥 |

3° *Exercices d'audition.* — On joue un rythme quelconque aux enfants, au commandement de hop, ils le réalisent en mouvements. Soit ♩ ♩ 𝅗𝅥

ou 𝅗𝅥 ♩

ou ♩ ♩ ♩ ♩ ♫

4° *Exercices métriques.*

Les enfants marchent à 2 temps, au commandement de hop, ils ajoutent une ♩ puis continuent à 3 temps jusqu'au prochain hop, où ils marchent à 4 temps, ainsi jusqu'à 5 temps, puis à chaque nouveau hop, ils éliminent une ♩ pour revenir graduellement à la mesure à 2 temps.

5° *Exercices d'indépendance des membres.*

Le bras droit bat la mesure à 2 temps, le bras gauche à 3 temps.

Le bras gauche bat la mesure à 4 temps, le bras droit à 2.

Les deux bras à 4 temps dans un mouvement lent, à hop le bras gauche bat 2 fois plus vite que le droit.

6° *Improvisation.*

Chaque enfant à son tour trouve un rythme qu'il exécute, les autres suivent et imitent aussitôt qu'ils ont compris.

7° *Exercice de mémorisation.*

Marche de Dalcroze sur ce rythme.

𝅗𝅥. | 𝅗𝅥. | ♩ ♩ | ♩ ♩ | 𝅗𝅥 |

8° *Exercice d'expression.*

Une historiette est racontée aux enfants sur un thème qu'on leur indique et ils expriment par leurs gestes et de façon toute individuelle les sentiments éveillés par le récit : joie et frayeur.

RÉSUMÉ DE LA DISCUSSION.

M. A. Sluys (Bruxelles), félicite Mlle Guilliaume pour son intéressant exposé et sa belle démonstration. La méthode de gymnastique rythmique de Jaques Dalcroze est admirable ; elle s'inspire de l'orchestique des anciens Grecs qui ont associé les mouvements rythmés à la musique instrumentale et vocale pour donner une influence plus profonde à l'expression des sentiments et des idées.

L'éducation du rythme — celui-ci est la moitié de l'art musical — est certainement bien préparé par la méthode dont Mlle Guilliaume vient de montrer des applications ; à ce titre elle a sa place marquée dans le cours de chant.

Mais ce serait une erreur de vouloir substituer la gymnastique rythmique à la gymnastique hygiénique et pédagogique ; ce serait confondre et les buts et les moyens.

La gymnastique hygiénique est le fond même de l'éducation physique tendant à rendre l'enfant vigoureux, énergique, bien équilibré au point de vue des formes et des fonctions, maître de ses mouvements, courageux, prudent et hardi ; elle est une préparation générale à la vie ; elle prépare aussi au rythme en éduquant le cerveau dans sa fonction de commandement à tous les muscles volontaires. La gymnastique rythmique de M. Jaques Dalcroze est mieux exécutée par ceux qui sont exercés par la gymnastique hygiénique ; elle appartient particulièrement au groupe des branches qui visent spécialement l'éducation esthétique.

L'art doit pénétrer profondément l'éducation ; nous émettons donc le vœu de voir inscrire la gymnastique rythmique au programme des cours de musique, mais sans empiètement sur les leçons de gymnastique pédagogique proprement dite.

Ce vœu est adopté.

Séance du vendredi 5 août 1910

Présidence de Mlle K. JENTZER (Genève).

Examen de la question I a) du questionnaire.

« *Qu'entend on par eurythmie* ».

Mlle Jentzer (Genève), se basant sur l'étymologie du mot eurythmie : eu = bien et rythmos = rythme estime que le mot *eurythmie* ou plus simplement encore *rythmique* désigne un système de gymnastique purement esthétique qui prépare à la compréhension de l'art en général en obtenant une grande dissociation nerveuse, obtenue par des mouvements contradictoires combinés à des rythmes différents, système qui développerait en outre la coordination idéale existant entre le mouvement et son expression musculaire dynamique, et par celà même habituerait à la contraction exacte permettant cette expression.
(Ex. La méthode de gymnastique rythmique de Jaques Dalcroze.)

M. Ficher (Bruxelles). — Il est désirable afin d'éviter tout équivoque, de déterminer exactement le nom qu'il convient d'appliquer aux différents systèmes de gymnastique en musique.

On appellerait *eurythmie ou rythmique* la gymnastique citée plus haut. *La gymnastique rythmée :* serait celle dans laquelle chaque mouvement possède un rythme propre, déterminé par l'inertie du segment à déplacer, par l'amplitude du mouvement, par les effets physiologiques visés, en un mot par la difficulté de l'exercice ; gymnastique qui amènerait un développement *physique* harmonique tout en cultivant le sentiment rythmique et en le mettant en rapport avec les fonctions physiologiques.
Ex. Méthode de MM. H. De Genst et Jul. Ficher.

Enfin on appellerait *gymnastique avec accompagnement musical* tout système dans lequel la musique n'interviendrait que comme stimulant ou comme aide mémoire, le rythme n'y est pas observé et seule la mesure intervient comme élément régulateur. (Méthode employée souvent dans l'éducation physique des anormaux).

M. Marquebreucq (Bruxelles). — La méthode de gymnastique avec accompagnement musical, utilisée avec les enfants anormaux ou arriérés ne visant pas surtout un but esthétique, mais bien plutôt physiologique, il conviendrait de discuter les résultats et

les effets de cette méthode dans une section s'occupant d'enseignement spécial ou de gymnastique médicale.

La section admet la manière de voir de M. Marquebreucq.

M. Jul. Ficher (Bruxelles). — Emet le vœu, de voir des appellations différentes, désigner des systèmes de gymnastique en musique aussi éloignés les uns des autres par le but qu'ils poursuivent, les moyens employés que par les résultats atteints.

Ce vœu est adopté.

VŒUX.

1. a) Voir les rondes et les danses populaires trouver leur place au cours de la leçon de gymnastique, dans la partie réservée aux jeux, et de les voir exécuter en plein air, au cours des excursions scolaires chaque fois qu'il se pourra.

b) Les voir interpréter d'une façon intégrale et précise avec le caractère, l'esprit et le style qui leur sont particuliers.

c) Les voir grouper d'après leur sens ou leur difficulté en rondes pour enfants, pour adolescents pour jeunes gens et adultes.

2. Considérant l'importance du développement et de l'éducation du sens rythmique, considérant l'influence réciproque de la musique et des exercices physiques au point de vue de la culture de ce sens.

Le Congrès émet le vœu de voir introduire dans les leçons de gymnastique, des exercices spéciaux de gymnastique rythmée ainsi que des mouvements permettant l'expression esthétique du sentiment, des idées et des émotions, par le geste.

3. Voir inscrire la gymnastique rythmique au programme des cours de musique, mais sans empiétement sur les leçons de gymnastique pédagogique proprement dite.

4. Voir des appellations différentes désigner des systèmes de gymnastique en musique, aussi éloignés les uns des autres par le but qu'ils poursuivent, que par les moyens employés et les résultats atteints.

Congrès International
de Gymnastique
Bruxelles, les 4, 5, 6 août 1910

4me Section

BUREAU ORGANISATEUR :

Gymnastique Médicale et Spéciale.

Président : M. le Dr Cyriax (Londres).

Vice-Présidents : MM. Arthur Nyns (Bruxelles) Inspecteur de l'Enseignement communal.

Decroly, Docteur-Directeur de l'Institut de l'Enseignement spécial, Bruxelles.

Secrétaire-Correspondant : M. F. Marquebreucq, Professeur. 41, rue de Parme, St-Gilles (Bruxelles).

Questionnaire.

I. Comment doit-on comprendre l'éducation physique chez les anormaux :

a) Arriérés ; b) indisciplinés ; c) infirmes, déformés ; d) anormaux sensoriels ?

II. Valeur du traitement mécano-thérapique du sympathique abdominal.

III. Valeur du traitement mécano-thérapique de la synovite aiguë.

IV. Valeur du traitement manuel pour la mobilisation dans les cas de fractures.

V. Etude du mouvement au point de vue physiologique dans le traitement chez les cardiaques.

Séance du jeudi, 4 août 1910

La séance est ouverte sous la Présidence de M. Edg. Cyriax, (Londres) à 2 1/4 heures.

Après quelques mots de bienvenue, M. Cyriax donne la parole à M. Marquebreucq pour la lecture de ses rapports :

L'Education physique chez les enfants anormaux.

La thérapeutique par l'exercice.

Rapport présenté par M. F. MARQUEBREUCQ
Professeur à Bruxelles.

Il peut paraître étrange, au premier abord, de voir traiter la question de l'éducation physique des anormaux dans la section de gymnastique médicale.

Déjà, depuis de nombreuses années, des personnalités médicales et pédagogiques ont proclamé la nécessité d'une gymnastique spéciale pour les enfants anormaux.

Lors de sa XXVIIIe réunion scientifique annuelle (27 octobre, 1907), la « Société royale de médecine publique et de topographie médicale de Belgique » adopta à l'unanimité le vœu suivant :

« Il y a lieu de faire suivre une gymnastique spéciale aux enfants physiquement anormaux. »

Je crois que nous pouvons compléter ce vœu et dire :

« Il y a lieu de faire suivre une gymnastique spéciale aux enfants physiquement ou mentalement anormaux ».

Cela semble être si logique que la chose n'est plus discutée et cependant, dans combien d'établissements spéciaux est-elle appliquée ?

On donne trop souvent à la gymnastique spéciale la signification de gymnastique eurythmique.

Evidemment lorsque nous faisons exécuter par nos petits anormaux des exercices en musique, nous avons non seulement en vue le développement de l'enfant au point de vue hygiénique, esthétique, moral et économique, mais le mouvement est également employé comme agent thérapeutique. Ainsi comprise, nous pensons que la gymnastique eurythmique, qui amène presque toujours une véritable amélioration dans l'état psychique de ces

êtres présentant des affections variées du système nerveux, peut être considérée comme faisant partie à la fois de la gymnastique pédagogique et de la gymnastique médicale. *C'est un puissant moyen d'amélioration de certaines affections du système nerveux.*

Mais cette gymnastique en musique ne convient pas à un même degré pour tous les sujets. En effet, l'enquête à laquelle nous nous sommes livrés, le docteur Decroly et moi, dans les classes d'enseignement spécial de l'école n° 7, à Bruxelles, nous a prouvé qu'un nombre suffisamment considérable de sujets présentent des anomalies diverses qui ne peuvent êtres traitées que par la gymnastique médicale.

De cet examen il résulte que :

6 sujets présentent une dépression du thorax.
5 » » une déviation de la colonne vertébrale.
3 » sont atteints d'hémiplégie spastique.
1 » est atteint de diplégie spastique.
1 » » » d'incoordination générale.
2 » présentent des tics.

Ce sont là, assurément des cas pour lesquels l'intervention du spécialiste est indispensable.

Dans tous les établissements d'enseignement spécial on trouve de ces enfants qui doivent être soumis à un véritable traitement orthopédique.

Du rapport médico-pédagogique sur les classes d'anormaux, à Bordeaux (1), il résulte que sur 28 enfants examinés 15 seulement présentent, au point de vue orthopédique, un état normal.

Il y a, évidemment, un intérêt majeur à débarrasser les anormaux de ces défectuosités physiques. Jusqu'a présent fort peu de chose a été fait pour ces déshérités de la nature. Or, nous savons que dans bien des cas l'amélioration de ces défectuosités peut amener également une amélioration au point de vue intellectuel, de même que bien des fois le trouble n'est qu'apparent et peut disparaître par une thérapeutique bien conduite ; mais, si l'exercice est repris trop tard, il peut en résulter des lésions définitives qui dégénèrent en infirmités.

La gymnastique médicale, par le fait qu'elle peut exactement

(1) Voir. — Les classes d'anormaux à Bordeaux. — Rapport médico-pédagogique. 1909.

doser et déterminer la nature du traitement et surtout d'en surveiller les effets, a, sur la gymnastique pédagogique un avantage considérable. C'est pourquoi nous demandons pour ces enfants qu'il faudrait soumettre à une gymnastique médicale, un cours qui aurait spécialement en vue de guérir où d'améliorer les maladies confirmées.

Il va de soi que les enfants seront confiés à des professeurs possédant non seulement des connaissances suffisantes au point de vue de la gymnastique pédagogique, mais également au point de vue de la gymnastique médicale, et que ce sera sous la surveillance du médecin que le professeur aurait à appliquer les exercices nécessaires à chaque enfant.

Nous émettons en outre le vœu de voir traiter désormais, les questions d'éducation physique des enfants anormaux, non seulement dans la section de la gymnastique pédagogique, mais principalement dans la section où l'on cherche à guérir ou à améliorer un état pathologique au moyen de mouvements efficaces.

Les professeurs d'éducation physique ignorent, bien souvent, la question de l'enfance anormale et ne peuvent comprendre les procédés spéciaux employés dans les écoles spéciales pour les faibles d'esprit.

CONCLUSION.

Il y a lieu de traiter la question de l'éducation physique des anormaux, non seulement dans la section de la gymnastique pédagogique mais, principalement, dans la section de la gymnastique médicale.

L'Education physique des enfants anormaux.

Deuxième rapport présenté par M. F. MARQUEBREUCQ,

Professeur à Bruxelles.

Il serait superflu de vouloir démontrer l'importance des exercices physiques dans nos écoles en vue de fortifier et d'améliorer la santé des élèves, de développer leurs qualités morales, ainsi que d'amener une meilleure éclosion de leur intelligence.

Toutefois, si la question de la gymnastique semble être résolue

pour les enfants normaux, il n'en est pas de même pour la méthode à appliquer tant aux déshérités de l'intelligence qu'aux autres groupes d'anormaux : infirmes, déformés, sourds-muets et aveugles.

Le chaos dans lequel nous nous trouvons encore dans l'enseignement spécial est surtout dû au peu de précision existant dans la classification des sujets. Il est évident que les mêmes exercices ne peuvent être exécutés à la fois par les enfants mentalement ou physiquement anormaux. De même, c'est une erreur de croire que les jeux libres suffisent pour assurer le développement physique des enfants: certains sujets, notamment les apathiques, ne s'y livrent guère, tandis que d'autres s'adonnent à des jeux qui tendent à les développer anharmoniquement ; en outre, les jeux ne répondent pas à tous les desiderata de l'éducation physique. Entre les jeux et la gymnastique, il y a la même différence qu'entre la lecture libre et la leçon de lecture.

Nous devons attacher une importance considérable à la classification des sujets anormaux.

A mesure que les expériences se sont multipliées et que les connaissances scientifiques se sont étendues, on est arrivé à trouver des différences entre la plupart de ces déshérités. On s'est trouvé dans l'obligation d'observer les anomalies multiples de ces êtres d'après un ordre méthodique.

Jusqu'à présent les auteurs ne sont pas encore parvenus à s'entendre à propos de la classification des sujets anormaux. Nous nous permettons, toutefois, d'exposer très succinctement celle présenté par le docteur Decroly au VIe Congrès international de psychologie, tenu à Genève (août 1909).

Prenant comme bases les données physiologiques et biologiques, qui comprennent toutes les réactions de l'individu en tant qu'individu et en tant qu'unité sociale et élément cosmique, le docteur Decroly admet le classement suivant :

I. — Irréguliers par causes intrinsèques

Parmi les irréguliers de cette catégorie, il distingue :

1° *Les irréguliers des fonctions végétatives*, qui peuvent comprendre :

a) Les sujets atteints de difformités et anomalies physiques (certaines monstruosités, atrophies, hypertrophies, gibbosités, boiteries, défigurations graves, etc.

b) Ceux qui ont des troubles de la nutrition générale et des affections chroniques des organes de la vie végétative (nanisme,

gigantisme, achondrophasie, albinisme, myxœdème, adénoïdes, affections congénitales ou acquises de la respiration, de la digestion, etc.).

2° *Les irréguliers des fonctions de relation :*

a) Les irréguliers des sens (sourds, aveugles, myopes, etc.).

b) Les irréguliers du mouvement (paralysie, tics, spasmes, chorée, convulsions, épilepsie, etc..

c) Les irréguliers mentaux (faibles d'esprit, imbéciles, idiots, arriérés, etc.).

d) Les irréguliers affectifs, atteints d'insuffisance ou de troubles dans les réactions morales ou sociales (déséquilibrés, fous moraux, vicieux, criminels, etc.).

II. — Irréguliers par causes extrinsèques

Le docteur Decroly range parmi ces irréguliers les sujets chez lesquels il n'y a aucune anomalie personnelle, et sur lesquels, seule, l'influence du milieu a agi.

En réalité, il est très difficile de classer exactement ces irréguliers, parce qu'une classification n'est bonne que lorsque tous les objets enfermés dans une même classe sont identiques ; or, nous savons que chez la plupart des sujets un grand nombre de combinaisons de troubles sont possibles.

Toutefois, pour le professeur de gymnastique, cette classification est d'une réelle importance.

Il est évident que pour les sujets chez lesquels il n'y a aucune anomalie personnelle et sur lesquels seule l'influence du milieu a agi, la gymnastique ordinaire peut suffire.

Il en est tout autrement pour les irréguliers par causes intrinsèques ; ici une gymnastique spéciale est nécessaire.

Pour les enfants atteints de difformités, d'anomalies physiques, de troubles de la nutrition générale, d'affections chroniques de la vie végétative, un traitement médical seul peut être efficace.

Pour les irréguliers des sens et notamment pour les sourds-muets, la question semble ne pas encore avoir été mise en lumière ; il est à remarquer que dans la plupart des travaux s'intéressant à ces anormaux on considère que le cours de gymnastique doit servir principalement au développement de la parole et de la lecture sur les lèvres ; c'est là, assurément, une conception toute différente de celle des professeurs d'éducation physique. Pour

nous, en effet, la gymnastique a en vue d'assurer à l'individu la vigueur, la santé, l'endurance, l'agilité et la souplesse corporelles qui doivent le rendre, en toutes circonstances, maître de tous ses mouvements.

Nous n'osons pas nous prononcer, mais nous croyons cependant qu'une gymnastique scientifique peut être appliquée à ces irréguliers. Il s'agit de remplacer le commandement verbal par un signe, par un geste. Nous avons pu constater qu'une simple flexion du doigt, faite par le professeur, avait pour l'enfant une signification. C'est ainsi que la flexion de l'index signifie : mains aux épaules ; l'extension de l'index vers le haut veut dire : extension des bras vers le haut, etc.

Le professeur pourrait, grâce à des signes conventionnels, donner une leçon complète de gymnastique. Nous espérons voir les professeurs des sourds-muets s'attacher davantage à une branche qui a été trop longtemps négligée.

Chez les aveugles, nous avons remarqué que les leçons de gymnastique en musique plaisent surtout et sont employées avec beaucoup de profit.

Dans nos écoles d'enseignement spécial, parmi les irréguliers mentaux, nous constatons que le groupe des arriérés pédagogiques est de très loin le plus important. (On entend par arriérés pédagogiques les élèves en retard dans leurs études de trois ans au moins et chez lesquels l'activité psychique est ralentie.)

On s'aperçoit que l'allure générale de ces sujets n'est pas fort différente de celle des enfants normaux. S'ils ne doivent pas tout à fait être comparés à des anormaux profonds, il n'en est pas moins exact qu'il leur faut appliquer une éducation, un système spécial.

L'observation de ces sujets nous a prouvé que l'attention existe, mais qu'elle se maintient difficilement chez la plupart de ces enfants. Or, l'attention est certes, comme le dit le docteur Ley (Arriération mentale), le phénomène intellectuel le plus important. Ribot a dit : « Toutes les différences entre les hommes ne viennent que de l'attention. » Sollier, dans sa *Psychologie de l'idiot et de l'imbécile*, propose une classification des faibles d'esprit basée uniquement sur les degrés d'attention dont ils sont susceptibles. C'est dire combien l'éducation des attentions est nécessaire et combien le rôle de la gymnastique est important pour faciliter cette éducation.

Mais toutes les leçons de gymnastique ne conviennent pas éga-

lement à ces enfants. En général, ce sont des indisciplinés qui ne se donnent pas la peine d'écouter les commandements ; aussi devons-nous nous adresser spécialement à leurs états affectifs et à leurs désirs dans la plupart de nos leçons. La musique exerce sur tous une influence puissante: les anormaux n'échappent point à celle-ci, au contraire, elle a pour ces sujets des charmes spéciaux ; ces leçons de gymnastique avec accompagnement de musique leur plaisent énormément.

Actuellement les professeurs d'éducation physique semblent être très sceptiques au sujet de l'efficacité de cette gymnastique, car, jusqu'en ces derniers temps, dans la plupart des écoles spéciales, on ne visait que le point de vue psychologique ; mais l'expérience nous a démontré que les exercices en musique peuvent être exécutées selon toutes les nécessités de la physiologie.

Cependant nous avons constaté qu'un usage très modéré devait être fait des dum-bells (altères avec grelots) et des bars-bells (bâtons avec grelots). L'emploi de ces engins portatifs demande des exercices à contractions énergiques et brèves. Nous savons tous que le muscle se modifie suivant la nature même du travail qu'il accomplit. S'il est le siège de contractions énergiques et vives, il devient plus gros, plus dense et durcit. Bientôt son tissu contractile fait place à une proportion plus grande de tendon, c'est la vieillesse du muscle.

De plus, les muscles de l'enfant sont en voie de développement morphologique et inaptes aux contractions soutenues et énergiques ; leur résistance à la fatigue s'épuise vite. Le mieux est d'exécuter les mouvements sans à coups, parce que les muscles allongent leur partie rouge quand ils sont le siège de contractions étendues.

Nous ne pouvons pas nous attarder, dans ce court rapport, à entrer dans de plus amples détails au point de vue de la gymnastique eurythmique. Les personnes qui s'intéressent à la question trouveront de nombreux renseignements dans notre travail : « Etude de gymnastique éducative pour enfants anormaux. »

CONCLUSIONS.

La question de l'éducation physique des enfants anormaux est certes l'une des plus importantes de notre enseignement. Ici vraiment la gymnastique répond à son véritable but qui est *d'améliorer* la machine humaine. Malheureusement l'instituteur manque le plus souvent de préparation biologique suffisante, il ignore

les lois physiologiques du développement de l'enfant : or, de même que le développement des facultés des animaux domestiques demande l'intervention de spécialistes compétents, de même l'éducation physique de l'homme et plus spécialement des enfants anormaux réclame l'intervention de techniciens instruits et habiles, capables d'adapter leur méthode aux particularités individuelles qui se manifestent chez leurs élèves.

De plus, grâce aux observations qu'ils auront faites, ces professeurs pourront fournir aux parents et aux instituteurs des indications précieuses relatives à la santé des enfants.

En outre, une véritable lacune pourrait être comblée en créant, pour les enfants qu'il faudrait soumettre à une gymnastique médicale, un cours qui aurait spécialement en vue de guérir ou d'améliorer les maladies confirmées.

Comme les affections varient à l'infini, il faut qu'un médecin, compétent au point de vue de la gymnastique médicale, donne les ordonnances. Le professeur, spécialement préparé, aurait à les appliquer sous le contrôle du docteur spécialiste.

En résumé, il y a lieu :

1° De faire suivre une gymnastique spéciale aux enfants physiquement ou mentalement anormaux ;

2° De créer pour les enfants qui doivent être soumis à une gymnastique médicale un cours ayant spécialement en vue de guérir ou d'améliorer les maladies confirmées ;

3° De ne nommer professeurs d'éducation physique des sujets anormaux que les personnes spécialement préparées ;

4° De désigner pour les divers établissements d'enseignement spécial un médecin compétent en matière de gymnastique médicale.

RÉSUMÉ DE LA DISCUSSION.

M. Marquebreucq (Bruxelles) émet le vœu de voir traiter désormais les questions d'éducation physique des enfants anormaux principalement dans la section de gymnastique médicale.

M. Cyriax (Londres) fait remarquer qu'il est très difficile de classer cette gymnastique, qui relève à la fois de la gymnastique pédagogique et de la gymnastique médicale.

Mlle Monchamps a constaté que pour l'idiot, l'imbécile et, en général, pour l'anormal profond un traitement spécial s'impose et qu'il faut l'intervention d'un médecin spécialement préparé.

Mme Cyriax (Londres) adhère à la proposition de M. Marquebreucq.

Mlle Loveday (Vilvorde) voudrait avoir une définition exacte de la gymnastique médicale.

M. Cyriax (Londres) fait remarquer qu'il est très difficile de donner une réponse ; il cite comme exemple la marche, qui, dans certains cas, peut être considérée comme faisant partie de la gymnastique pédagogique et dans d'autres cas comme de la gymnastique médicale.

M. Sandberg (Bruxelles) croit qu'il est difficile de prendre une décision, parce que nous nous trouvons en ce moment dans une période de tâtonnement. En Belgique, notamment, on n'a pas toujours une idée nette de la gymnastique médicale, c'est-à-dire de l'exercice employé comme moyen thérapeutique. Pour les anormaux, c'est une question d'éducation.

M. Marquebreucq (Bruxelles) fait constater que dans maints cas c'est plutôt une question de traitement (surtout pour les anormaux profonds). Pour les arriérés pédagogiques, c'est à la fois de l'éducation et du traitement.

A la suite d'un échange de vues entre Mlle Monchamps et MM. Cyriax, Sandberg et Marquebreucq, les conclusions du rapporteur sont admises à l'unanimité des membres présents.

M. Cyriax donne ensuite connaissance de son travail.

Valeur du traitement mécano-thérapique du sympathique abdominal.

Rapport présenté par M. le Dr EDGAR F. CYRIAX, de Londres

Il y a une cinquantaine d'années, les praticiens du système de gymnastique médicale de Ling faisaient usage, dans le traitement des maladies, de certains mouvements spéciaux à la gymnastique suédoise sur le sympathique abdominal, comme par exemple le plexus solaire, le plexus hypogastrique inférieur. Dans la suite, ces manipulations tombèrent en désuétude, ou ne furent plus employées qu'avec une quantité de contre-indications. C'est à la perspicacité d'Henrik Kellgren que nous devons l'élaboration et le développement des méthodes du traitement mécano-théra-

pique du sympathique abdominal : c'est vers 1870 qu'il les mit en usage, et j'ai en partie décrit ces méthodes dans « *Les Eléments du Traitement manuel de Kellgren* », 1903, et plus récemment en collaboration avec le Dr Kellgren-Cyriax, dans le *Journal médical* de New-York (1910). En 1908, Le Faguays (1) mit en avant le sujet du « Massage du sympathique abdominal », mais, tout bien considéré, cette matière a à peine attiré en Suède ou autre part l'attention qu'elle mérite ; de là le choix que j'en ai fait pour en passer en revue avec vous, aujourd'hui, les points les plus saillants.

Il y a trois manières d'influencer le sympathique abdominal au moyen du traitement manuel des nerfs :

Réflexivement : A. A travers les branches externes des divisions *postérieures* des nerfs spinaux ;

B. A travers les divisions *antérieures* des nerfs spinaux.

Directement : A travers les parois et les viscères abdominaux, sur les plexus eux-mêmes, et, dans le cas du ganglion coccygien, à travers la peau ou les parois du rectum.

Et c'est de la méthode directe que je désire vous entretenir.

Les manipulations communément en usage se divisent en :

1° Frictions dont la force peut être graduée et qui sont généralement décrites comme *fortes*, *moyennes*, *légères* (et par friction, je ne veux pas dire cette forme de massage qui porte le même nom).

2° Vibrations qui peuvent se graduer de même.

En parlant d'une façon générale, les frictions sont stimulantes, et les vibrations sont sédatives (à moins qu'elles ne soient administrées très fortement), et leur emploi est plus restreint que les frictions.

La base rationnelle de la stimulation directe du sympathique abdominal n'est pas encore bien claire, et les fonctions physiologiques des diverses portions du sympathique abdominal ne sont pas encore parfaitement comprises et la pathologie en est même encore plus obscure : il ne me reste donc qu'à considérer notre sujet presque uniquement d'après le point de vue clinique.

En examinant, dans un sujet, le degré de sensibilité du sympathique abdominal, au moyen de la friction des nerfs ou de

(1) Congr. de physiothér. de Paris. 22 avril, 1905.

la palpation profonde, on trouve que normalement ces manipulations causent un certain degré de sensation. La sensation provenant de la stimulation mécanique du sympathique diffère de la sensation provenant de la stimulation des nerfs cérébrospinaux. Chez les sujets sains, le degré de cette sensation varie en proportion de la tension nerveuse de l'individu, et suivant la partie du sympathique abdominal, qui est l'objet de l'examen, et cette sensation ne devrait jamais arriver à une peine réelle, si ce n'est toutefois dans le ganglion coccygien, partie la plus sensitive du sympathique abdominal.

L'examen minutieux des cas de maladies révèle des déviations prononcées de la normale, quant au degré de sensation dans le sympathique abdominal. Ceci s'applique non seulement aux maladies abdominales, mais aussi aux autres formes de maladies qui ne paraissent pas accompagnées de symptômes abdominaux. Quant à ce qui concerne les maladies abdominales, on peut s'attendre à toute espèce de variation, depuis l'anesthésie presque complète jusqu'à l'hyperesthésie intense.

Après dix ans d'expérience de cette méthode de traitement direct, je puis avancer que le degré de sensation manifestée dans les nerfs, au moyen des méthodes ci-dessus, est une indication certaine de l'état du fonctionnement du sympathique abdominal, et que le progrès des déviations pathologiques de sensation dans le sympathique abdominal suit de très près le progrès de la maladie et est un enregistreur quotidien du cours qu'elle suit.

Dans quelques cas de maladies abdominales, le degré de sensation dans le sympathique abdominal est normal, ce qui est une indication que la maladie n'est pas due à une influence nerveuse, mais uniquement à une condition locale de l'organe affecté.

Une friction sur le sympathique abdominal peut causer non seulement une augmentation dans le degré de sensation présente, mais souvent aussi des peines lancinantes comme la piqûre d'une aiguille, irradiant de tous côtés, depuis le point de départ de la friction ; mais cette peine n'est que momentanée, dès que la friction cesse et que les doigts du manipulateur se sont retirés, toute sensation désagréable ou aiguë se dissipe instantanément.

Il est assez curieux que, dans les cas de sensation exagérée du sympathique abdominal, tandis qu'une seule et unique friction,

soit légère, soit moyenne, augmente la sensation dans les régions affectées, plusieurs, données successivement, causent de la diminution. Ce phénomène ne peut s'expliquer, mais se retrouve fréquemment dans le cas de nerfs cérébrospinaux ; les frictions légères répétées sur un nerf douloureux ou névralgique, le plus souvent, diminuent la peine.

Pour rendre le sujet plus clair, je vais classer les indications du traitement du sympathique abdominal en :

A. *Indications empiriques :* Il peut y avoir une trop grande augmentation ou une trop grande diminution de la sensation ;

B. *Indications rationnelles :* A) Le but qu'on se propose peut être d'influencer les nerfs de n'importe quel organe montrant une activité augmentée ou diminuée ; B) Le but qu'on se propose peut être de causer un effet vaso-constricteur dans le sympathique abdominal, quand il y a trop de sang dans les vaisseaux abdominaux.

Je puis, en passant, ajouter que je n'emploie jamais le traitement direct du sympathique abdominal seul, mais seulement conjointement avec d'autres manipulations, spécialement des exercices actifs.

A l'appui des opinions que je viens d'émettre, je vais citer quelques cas particuliers recueillis parmi mes patients.

Conditions générales :

1° Femme âgée de 56 ans. Goître exophthalmique après un choc arrivé quatre ans et demi auparavant ; mais la malade avait elle-même remarqué depuis quelques années, avant que le goître se fût fait sentir, qu'elle avait traversé des périodes nerveuses de faiblesse. Enorme thyroïde, tremblements accentués, palpitation ; hypersensitive, réflexes exagérés, sympathique abdominal pas très sensible ; constipation. Après un traitement d'environ six mois pendant lequel elle eut une attaque de rougeole, une attaque d'influenza et un grave choc nerveux, tous les symptômes de goître avaient disparu, la glande thyroïde était de beaucoup plus petite, la condition générale des nerfs était normale, la sensation dans le sympathique abdominal était normale et une selle avait lieu régulièrement tous les jours.

2° Fille âgée de 9 ans. Anémie, aucun appétit, mal de tête

continuel, sympathique abdominal généralement insensible. Après chaque traitement le mal de tête avait disparu, l'amélioration s'établit, le sympathique abdominal, à commencer par le plexus solaire, reprit sa sensation normale.

3° Femme âgée de 32 ans. Diabète remontant à deux ans de durée. Soumise à un strict régime diabétique, quatre onces par jour d'amidon, elle ne passait aucun sucre. Sympathique abdominal très sensible. Après trente visites en sept semaines, elle fut capable de manger deux fois autant de nourriture produisant de l'amidon, sans former de sucre, et le sympathique abdominal était devenu beaucoup moins sensible.

Conditions locales :

1° Homme âgé de 58 ans. Dilatation de l'estomac remontant à plusieurs mois ; sensibilité exagérée du plexus solaire. Après trois semaines de traitement quotidien, l'estomac avait repris sa dimension normale, et le plexus solaire était devenu normal.

2° Homme âgé de 38 ans. Cas presque identique, mais le plexus solaire était de beaucoup trop insensible. Le malade regagna les conditions normales après quatre semaines de traitement quotidien.

3° Femme âgée de 29 ans. Dyspepsie nerveuse qui avait obstinément reparu à intervalles pendant plusieurs années, grande hypéresthésie du plexus solaire et de la partie gauche du sympathique abdominal. Après un traitement quotidien de six semaines, le sujet était guéri de sa dyspepsie et la condition du sympathique abdominal était normale.

4° Homme âgé de 22 ans. Dilatation du colon ascendant avec une grande tendance aux vomissements, diminution de sensibilité du côté droit du sympathique abdominal, et une augmentation de sensibilité au-dessus du plexus solaire. Guérison après vingt traitements en cinq semaines.

5° Homme âgé de 45 ans. Constipation depuis son enfance ; grandes doses de médecine prises tous les soirs. Aucune sensation dans le ganglion coccygien pendant les frictions. Guérison après quarante traitements en deux mois. Une selle normale presque tous les jours dès le commencement du traitement, et le ganglion coccygien redevint normal. Ce cas me paraît d'autant

plus à noter que l'ensemble de tous ces détails, dans le même sujet, se retrouve très souvent.

6° Femme âgée de 40 ans. Auto-intoxication intestinale. Le côté droit du sympathique abdominal très tendre. Excès d'indican dans l'urine. Après trois traitements, aucune trace de sensibilité anormale dans le sympathique abdominal, plus aucun excès d'indican.

7° Homme âgé de 45 ans. Diarrhée, huit ou neuf selles par jour, depuis plus de douze mois. Excès de sensibilité dans la plus grande partie du sympathique abdominal. Après un traitement quotidien de deux mois, une selle normale arriva quotidiennement et la condition du sympathique abdominal était devenue normale.

Conditions réflexes :

1° Femme âgée de 70 ans. Torticolis spasmodique remontant à 30 ans de durée. J'ai toujours pu amener de l'amélioration temporairement par le traitement moyen du sympathique abdominal.

2° Homme âgé de 28 ans. Fièvre rhumatismale. Abduction de l'épaule à travers de plus de 45° rendue impossible à cause de la peine qui en résultait. Après un seul traitement de deux plexus rénaux, qui étaient très sensibles, le bras put immédiatement faire l'abduction à travers de 135°, amenant très peu de peine.

3° Femme âgée de 30 ans. Neurasthénie de six mois de durée. Grande augmentation de sensibilité du plexus solaire. Guérie en trois semaines.

4° Asthme. Certains cas d'asthme ont leur origine dans les conditions irritables du sympathique abdominal.

5° Coqueluche. Certains cas de coqueluche semblent avoir la même origine que l'asthme, mentionné ci-dessus. (*See Hoeck*, E., IIIe Congrès de physiothérapie, 1910, and *Fortschr. d. Med.* 1910.)

Dès le début de ma carrière médicale, même avant d'avoir sondé toute la valeur du traitement kinésithérapique du sympathique abdominal, et d'en avoir étreint toute la technique, j'avais trouvé, à plusieurs reprises, que, si le traitement du sympathique

abdominal s'ajoutait à la prescription gymnastique, certains cas obstinés commençaient instantanément à s'améliorer.

Le traitement que je viens de soumettre à vos considérations doit être regardé comme un important complément aux méthodes gymnastiques que nous avons déjà à notre disposition. C'est grâce à cette adjonction que la plupart des importants ganglions et des nerfs du sympathique abdominal peuvent être excités ou adoucis d'une manière bien autrement efficace qu'au moyen d'un remède interne ; et en terminant, je ne saurais trop appuyer sur le fait que les résultats obtenus justifient pleinement l'emploi, peut-être principalement au point de vue thérapeutique, mais aussi en grande partie au point de vue diagnostique.

M. le Secrétaire remercie et félicite vivement M. le Dr Cyriax pour sa magnifique et précieuse communication au Congrès.

M. le Dr Cyriax (Londres) propose de remettre au lendemain la discussion de son rapport.

La séance est levée à 3 h. 3/4.

Séance du vendredi 5 août 1910

La séance est ouverte à 10 h. 1/4, sous la présidence du *Dr Cyriax* (Londres).

Après la lecture du procès-verbal de la séance du jeudi 4 août, M. Cyriax présente les conclusions, qui sont adoptées.

M. Cyriax donne ensuite lecture de son deuxième rapport :

Valeur du traitement mécanothérapeutique de la synovite aiguë.

Rapport présenté par M. le Dr EDGAR F. CYRIAX, de Londres

En faisant des recherches dans la littérature médicale pour y trouver des articles sur le traitement kinésithérapeutique dans n'importe quel cas de synovite aiguë, on se rend bientôt compte que ce sujet a été complètement laissé de côté : tout au plus, a-t-on recommandé un massage très léger !

Les types de synovites aiguës que j'ai soignées par le traitement kinésithérapeutique peuvent se classer en trois catégories :

1° *La synovite aiguë* non-infectieuse résultant d'efforts forcés, de surmenage, de traumatisme, etc. ;

2° *La synovite rhumatismale aiguë* survenant, soit pendant le cours de la véritable fièvre rhumatismale, ou survenant « *per se* » ;

3° *La synovite gonorrhéique aiguë* (arthrite).

Naturellement, il est inutile d'entrer dans la pathologie ou les symptômes des conditions ci-dessus ; pourtant quelques mots concernant l'arrangement anatomique des lymphatiques articulaires et périarticulaires aideront à mettre en relief les avantages essentiels du traitement en question. D'après les recherches de Ludwig et de Schweigger-Seidel (1), on sait que les lymphatiques dans les tendons, les fascias et les aponévroses sont respectivement arrangés en deux portions : les *superficiels* et les *profonds*, et que la moindre pression ou le moindre allongement avec le relâchement qui en résulte produit le flux de la lymphe qui s'écoule du réseau *profond* pour s'épancher dans le réseau *superficiel* et, de là, dans les plus gros vaisseaux lymphatiques qui traversent la substance des muscles, pour rejoindre les grands troncs lymphatiques. Quant aux lymphatiques de la membrane synoviale elle-même, Tillmans (1), Braun (2), Kroh (3), et d'autres, ont démontré que dans l'aspect intérieur de la membrane synoviale il ne se trouvait aucune stomate ; l'absorption de la membrane n'a lieu que lorsque l'exsudation peut passer à travers la membrane synoviale elle-même.

Je vais maintenant considérer les divers types de manipulations curatives, que je vais diviser en trois classes :

1° *Vibrations*. — D'abord et avant tout, je n'hésite pas à déclarer que je donne la préférence aux vibrations manuelles sur les vibrations produites par les machines. (J'en ai donné les raisons détaillées dans mon traité : *Eléments du Traitement manuel de Kellgren*, pp. 180 à 183 et pp. 241 à 243.) Ces *vibrations* peuvent être ou stationnaires ou courantes.

---

(1) Die hymphgefässen der Fascien u schnen, 1873.

(1) Arch. f. mikroskop. Anat., 18, XII, 649-664.

(2) Deutsch. zeit. f. Chir., 1894, XXXIX.

(3) Deutsch. Zeit. f. Chir., 1908, XLIV.

Elles causent, dans la partie sujette à la manipulation, une série d'ondulations de compression et de relâchement alternatifs. Le degré de pression apporté par les doigts vibrants peut varier, un manipulateur habile saura l'ajuster, sa main percevant par l'état de tension dans l'articulation qu'il est en train de traiter toute information nécessaire. Au fur et à mesure que décroît la tension, ce qui arrive presque toujours pendant l'application actuelle de la vibration, l'amplitude de la vibration et le degré de la pression peuvent, avec avantage, être augmentés en proportion.

Quelquefois, la vibration peut être aidée en employant ce que l'on appelle *la traction* de l'articulation ; l'extrémité distale est atteinte et se retire continuellement de l'extrémité proximale : en conséquence, les surfaces articulaires opposantes sont séparées l'une de l'autre, et la tension intra-articulaire se trouve ainsi diminuée ; ce résultat peut facilement se voir dans le cas de l'index sur un sujet maigre ; quand la traction se fait, on aperçoit les surfaces articulaires qui se séparent, et l'articulation qui s'aplatit.

L'effet des vibrations est double : 1° Favoriser la circulation lymphatique dans les tendons, les fascias et les aponévroses ; 2° Favoriser l'absorption de l'effusion.

La pression continuelle en elle-même favorise l'absorption de l'effusion en la poussant dans les lymphatiques synoviaux à travers la membrane synoviale de la cavité de l'articulation ; la vibration agit de la même manière, mais avec cette différence que la compression et le relâchement alternés compris dans la vibration produisent des oscillations rapides correspondantes dans la pression intra-articulaire. Les oscillations influencent l'effusion à travers la membrane, d'une manière bien plus douce que lorsque la pression continuelle est seule employée. Pendant la vibration, l'effusion est pressée à travers la membrane synoviale, en gouttes microscopiques successives, la pression étant immédiatement relâchée après chaque goutte ; les lymphatiques ont ainsi le degré minime de travail à faire à la fois. Au moyen de la vibration, on encourage l'effusion à sortir de l'articulation comme de son propre mouvement, pour ainsi dire, au lieu d'en être expulsée par la force, et l'on évite ainsi la congestion et

tous les autres accompagnements désagréables de la pression continuelle. La vibration, judicieusement appliquée dans les cas qui la réclament, est le meilleur et le plus facile moyen de favoriser l'absorption d'une effusion intra-articulaire.

Jusqu'ici, on n'a recueilli que très peu d'évidence expérimentale sur le sujet de l'influence directe des vibrations sur l'absorption des effusions. Kroh (1) a trouvé que les effusions expérimentales dans les articulations étaient réabsorbées par la substance intracellulaire à travers les stomates du tissu sub-synovial dans les tissus péri-articulaires. Il a conclu que cette absorption des articulations est favorisée ou par le mouvement actif, ou par le mouvement passif, ou par le massage, ou par la pression, qui ont chacun le pouvoir, comme effet additionnel, de produire une leucocytose, laquelle leucocytose, à son tour, favorise l'absorption. Plate (2) conclut que la vibration favorise l'absorption de l'effusion pleurale, et il est intéressant de noter que Rosenthal (3) trouvait que la vibration augmentait le nombre des leucocytes.

2° *Mouvements passifs des articulations.* — Le manipulateur reproduit dans le malade les mouvements normaux de l'articulation, commençant très doucement, et, graduellement, en augmentant l'étendue et la rapidité. Souvent il est impossible d'exécuter ces mouvements sans appliquer en même temps la traction, parce que la friction des surfaces opposantes enflammées, augmentée fréquemment par la contraction réflexe des muscles, causerait trop de douleur. L'effet physiologique est semblable à celui des vibrations, quoique plus intense.

Le fait que les mouvements passifs favorisent le flux de la lymphe est établi : et mon expérience clinique me donne le droit d'avancer que, lorsqu'ils sont judicieusement administrés, ils favorisent l'absorption de l'exsudation pathologique.

3° *Mouvements résistés des articulations.* — Conjointement avec des mouvements, la traction est souvent de la plus haute valeur. J'ai rencontré des cas dans lesquels le moindre effort à faire un mouvement purement actif, causait tant de peine que

(1) Krok. — op cit.
(2) Zeit. f. phys. u. diät. Ther., 1900, pp. 517-534,
(3) Ibid., 1908, p. 349.

la continuation en était impossible, tandis qu'à l'aide de la traction, on pouvait exécuter de ces mouvements fortement résistés. Un des effets salutaires de ces mouvements résistés consiste à combattre cette atrophie des muscles qui se produit si rapidement dans les affections des articulations.

Quant à ce qui concerne les variétés et les combinaisons des mouvements spécifiés dans les deux premières divisions ci-dessus, je soumets la classification suivante :

1° Les *vibrations stationnaires*, appliquées avec un degré de pression variant, avec discernement, soit avec ou sans traction ;

2° Les *vibrations stationnaires avec des mouvements passifs* de l'articulation. La main qui administre la traction exécute aussi des mouvements de flexion, d'extension ou de rotation, etc., causant par là des mouvements correspondants dans la partie affectée et dans l'articulation soumise à la vibration, et qui peuvent varier à l'infini ;

3° Les *vibrations courantes centripètes* avec ou sans traction ;

4° Les *mouvements passifs de flexion, d'extension*, etc., sans vibration.

Et à ces quatre modes de manipulations j'ajoute toujours des frictions sur les nerfs conduisant à la partie affectée, ainsi que sur les nerfs qui en partent, et je fais suivre un traitement kinésithérapeutique général.

Au point de vue clinique, je n'ai jamais vu que de bons résultats du traitement, ainsi administré, de la synovite aiguë.

Les effets produits par le traitement sur les exsudations aiguës sont immédiats et décisifs.

Subjectivement, on trouve :

1° Diminution de douleur ;

2° Diminution de tension ;

3° Augmentation de la mobilité de l'articulation ;

4° Diminution de rigidité et de douleur pendant le mouvement.

Objectivement, on trouve :

1° Diminution du degré d'enflure, bien souvent ceci saute aux yeux tout de suite. La forme d'une articulation peut quelquefois montrer un changement immédiat et les portions de l'os qui n'étaient pas palpables antérieurement le deviennent ;

2° Diminution de la tension intra-articulaire ;

3° Augmentation de mobilité de l'articulation ;

4° Augmentation du pouvoir des muscles de l'articulation, et, par conséquent, on empêche ainsi le développement de l'atrophie.

Je vais à présent faire passer devant vous quelques cas survenus parmi mes malades.

1° Fille âgée de 12 ans. La synovite commença le 17 juin 1902, avec des douleurs dans le genou. Le 18 juin, impossibilité de marcher. Ce fut le 19 juin que je vis la malade pour la première fois ; je constatai tous les symptômes de l'effusion dans l'articulation du genou ; douleur, gonflement et semi-flexion du genou ; presque tous les mouvements, même légers, occasionnaient de la douleur ; il y avait fièvre avec une température de 39.5° C. Après un seul traitement, il n'y avait plus de douleur, l'enflure était de beaucoup diminuée, les mouvements beaucoup plus faciles. Le traitement fut administré deux fois ce jour-là, comme aussi le lendemain, et le soir l'enflure avait presque disparu, et l'articulation du genou pouvait être étendue sans malaise. Le 21 juin le genou était normal et le 24 juin toutes les douleurs rhumatismales dans les diverses autres articulations, qui y avaient été constatées depuis le 20 juin, avaient complètement disparu. La maladie entière n'avait duré que sept jours.

2° Homme, âgé de 15 ans, s'était foulé le genou en courant, et cinq jours après vint me trouver, souffrant d'une synovite avec effusion bien accentuée. La marche était difficile. En six jours l'effusion avait complètement disparu, et en quatorze jours le genou était normal et l'est toujours resté depuis.

Deux ans plus tard, la même chose arriva avec l'autre genou, qui, en seize jours, fut rendu à l'état normal et l'est toujours resté depuis.

3° Homme, âgé de 30 ans, avait la gonorrhée depuis deux semaines et fut alors atteint d'une grave synovite gonorrhéenne intense au genou. En plus du traitement spécial pour la gonorrhée, il reçut, pour le genou, le traitement kinésithérapeutique. A partir du quatrième jour, son genou s'améliora ; en trois semaines, l'articulation était normale et j'ai pu constater qu'elle

resta ainsi pendant au moins trois ans ; après ce temps, je l'ai perdu de vue.

En exposant devant vous le traitement mécano-thérapeutique de la synovite aiguë, j'espère que vous le trouverez digne de toutes vos judicieuses considérations.

RÉSUMÉ DE LA DISCUSSION.

M. Marquebreucq (Bruxelles) remercie vivement M. Cyriax de son remarquable rapport.

M. Sandberg (Bruxelles) fait remarquer que, durant son séjour en Belgique, il a constaté que le traitement de la synovite aiguë était surtout traité par l'immobilisation. C'est une erreur, il faut au contraire appliquer un traitement manuel.

M. le Dr de Marneffe (Bruxelles) fait constater qu'en Belgique au début, le massage était très mal compris et par là très mal exécuté ; c'est la raison pour laquelle on a employé, dans la suite, le moyen consistant à l'immobilisation.

La deuxième conclusion du Dr Cyriax est adoptée .

La séance est levée à 12 heures.

Séance du samedi, 6 août, 1910

La séance est ouverte à 2 h. 1/4, sous la présidence de M. le Dr *Cyriax* (Londres).

M. Marquebreucq (Bruxelles) donne lecture du procès-verbal de la séance précédente.

L'ordre du jour étant épuisé, *M. le Dr Cyriax* remercie les membres de la section et tout particulièrement le rapporteur. Le Président adresse encore ses plus vives félicitations à la Ligue nationale de l'Education physique pour le Congrès, si bien réussi.

M. Marquebreucq (Bruxelles), au nom de la Ligue, tient à rendre hommage à M. Cyriax pour sa façon toute spéciale de présider la section. Le rapporteur adresse, en outre, ses plus sincères remerciements aux membres qui ont bien voulu apporter leurs lumières à la section.

La séance est levée à 3 heures.

« Il y a lieu :

» 1° De traiter la question de l'éducation physique des anormaux non seulement dans la section de la gymnastique pédagogique, mais principalement dans la section de la gymnastique médicale ;

» 2° De faire suivre une gymnastique spéciale aux enfants physiquement ou mentalement anormaux ;

» 3° D'introduire pour les enfants qui doivent être soumis à une gymnastique médicale le traitement ayant spécialement en vue de guérir ou d'améliorer les maladies confirmées ;

» 4° De ne nommer professeurs d'éducation physique des sujets anormaux que les personnes spécialement préparées ;

» 5° De désigner pour les divers établissements d'enseignement spécial un médecin compétent en matière de gymnastique médicale. »

« Le traitement mécano-thérapique du sympathique abdominal devrait prendre place non seulement dans la thérapeutique des affections abdominales, mais également dans un certain nombre d'autres affections. »

« Le traitement mécano-thérapique judicieusement appliqué à la synovite aiguë, même d'origine infectieuse, donne des résultats meilleurs et plus rapides que les autres modes de traitement habituellement employés. »

ANNEXE.

Etude du mouvement au point de vue physiologique et clinique dans le traitement des cardiopathies (1).

Rapport présenté par M. LARS SANDBERG G. D.

Professeur, Bruxelles.

Agents physiques *(Epoque de tâtonnements)*. — Le choix de l'exercice et du mouvement en vue d'un but thérapeutique dans les troubles de l'appareil cardio-vasculaire est heureusement de plus en plus reconnu comme faisant partie de la science médicale. Les agents physiques offrent, en effet, au praticien digne de ce nom, un adjuvant efficace pour soulager les souffrances et les

(1) Clichés extraits de l'ouvrage de M. le Dr E. Cyriax (Londres), *The Elements of Kellgren's manual treatment,* London 1903.

misères humaines, par le fait même que la physiothérapie et l'une de ses parties, la kinésithérapie, sont entrées dans une voie scientifique, en s'appuyant sur les observations cliniques et sur les recherches modernes de la physiologie du mouvement, ainsi que sur les lois de la biomécanique.

Comme chaque science, la kinésithérapie ou thérapeutique du mouvement a subi pendant le XIXe siècle une véritable transformation, et la liste serait longue de tous les savants qui ont contribué à la connaissance plus intime de l'homme en action, bien portant ou malade.

Grâce aux travaux de ces maîtres de la sience contemporaine, la physiologie des exercices du corps, avec le guide de l'expérimentation, a retrouvé les forces physiques dans beaucoup de phénomènes vitaux, et, comme dit Marey, « parmi ces phénomènes, ceux qui nous sont intelligibles sont précisément d'ordre physique ou mécanique ».

C'est évidemment une coïncidence, mais il n'en est pas moins vrai qu'entre autres procédés thérapeutiques employés pour combattre les maladies internes, où le mouvement scientifiquement réglé est la médication adjuvante la plus importante, deux prennent leur origines en Suède. Les maladies auxquelles nous faisons allusion sont les affections gynécologiques et celles du cœur et des vaisseaux sanguins.

C'est en Suède, en effet, qu'est née et qu'a mûri depuis près d'un siècle, une méthode scientifique d'éducation physique et de kinésithérapie, basée sur l'anatomie, la mécanique biologique et les notions les plus récentes de la physiologie.

Ling mourut en 1839 ; il n'a pas eu le bonheur et la satisfaction de voir l'accomplissement et de recueillir les fruits de son œuvre, la gymnastique scientifique et rationnelle, alors à peine créée ; mais il a pourtant su triompher, à force de persévérance, de l'indifférence de son pays et de ses contemporains.

A ses élèves, les professeurs L. Branting et A. Georgii, dont le premier fut le successeur digne et génial du maître, il donna la mission de continuer et d'étendre l'œuvre entreprise, et si l'exercice dans la médecine et dans l'éducation physique de la jeunesse a su trouver une base scientifique, on ne peut nier que ces deux hommes de génie et de cœur n'y aient largement contribué.

Branting lui-même, assez faible dans sa jeunesse, mais ayant recouvré la santé par un choix judicieux du mouvement sous la direction de Ling, aimait beaucoup à s'occuper, dans la clinique de l'Institut central, des malades atteints de troubles du système circulatoire. Non seulement les statistiques du pays, mais aussi les écrits de l'étranger, démontrent que ces malades étaient assez nombreux à l'Institut royal de Stockholm même pendant cette période de tâtonnement sur un chemin peu exploré. Citons d'après Cyriax (1) : Georgii (2), Rothstein (3), Neuman (4) et Eulenburg (5).

On ne doit pas perdre de vue que beaucoup de découvertes physiologiques connues aujourd'hui étaient ignorées de Branting, qui travaillait cependant en silence à l'édification d'une base de la physiologie du mouvement et de son application en thérapeutique.

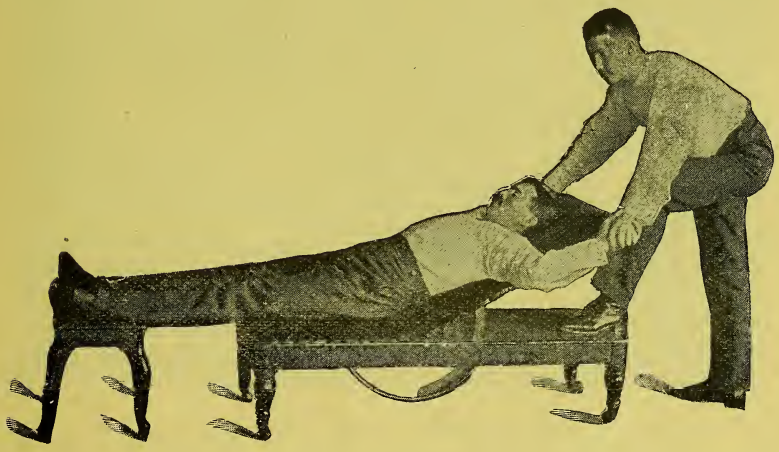


Fig. 1. — Extension et flexion des bras. Mouvement respiratoire avec résistance du médecin.

Recherches modernes. — Les études remarquables de Chauveau et Marey (1863) sur la fonction du cœur et des vaisseaux étaient inconnues de Branting, ainsi que les recherches de Ludvig et Sadler sur l'augmentation de la circulation du sang à travers le muscle en activité *(Arbeitshyperämie)*.

L'influence des aponévroses en connexion intime avec les muscles et les vaisseaux veineux, dont l'importance est si grande

pour éclairer les phénomènes mécaniques qui se produisent pendant le mouvement dans la circulation en état physiologique et pathologique, n'était pas encore connue en 1862.

C'est en 1873 que Braune (6), poursuivant une pensée d'Hyrtle, mettait en évidence ses *Fasciensaugapparate* dans le voisinage des grandes articulations, notamment de l'articulation coxo-fémorale, laquelle provoque, sous l'influence de la contraction musculaire ou du mouvement passif, une action tantôt

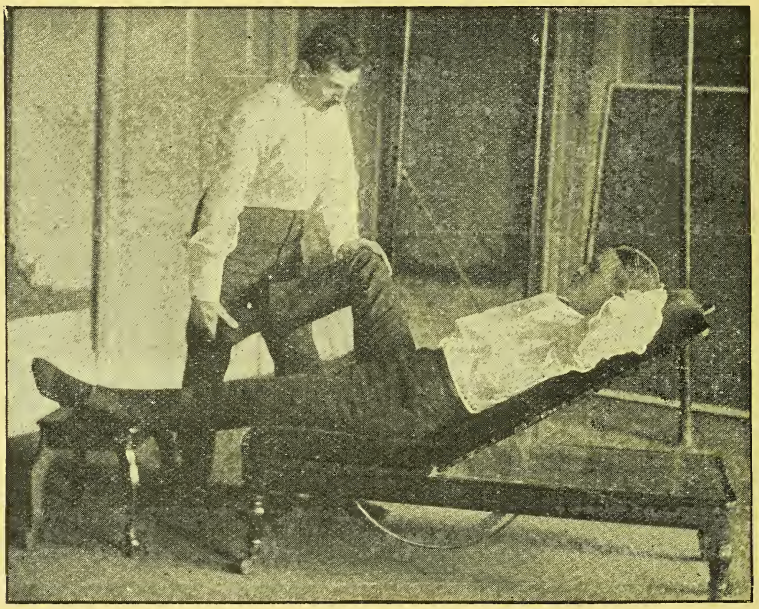


Fig. 2. — Circumduction passive du membre inférieur. Action (d'après Braune) sur la circulation abdomino-pelvienne.

aspiratrice, tantôt refoulante, de la veine crurale sur la circulation veineuse et lymphatique. Ceci par l'extension et le relâchement *(Spannung et Entspannung)* des fascia aponévrotiques.

Vers 1881, Herzog (7) a démontré la même action par le mouvement de la tête en ce qui concerne les jugulaires, et par le mouvement de la clavicule en ce qui touche les veines sous-clavières et axillaires (action de l'articulation scapulo-humérale) (voir fig. 5).

Des mouvements circulatoires étaient cependant depuis longtemps employés par l'école suédoise ; Georgii parle d'un « appareil hydraulique » dans sa Kinésithérapie parue en 1847 à Paris et référée dans les travaux des médecins allemand et anglais Neuman (4) et Roth (8).

Pour que notre pensée soit rendue d'une façon très claire, il faut également qu'on se rappelle les recherches et les découvertes ultérieures de Cl. Bernard, études d'une portée scientifique très haute, concernant l'innervation des vaisseaux artériels et capillaires par les nerfs vaso-moteurs. Ceux-ci produisent, sous l'influence de la contraction musculaire bien dosée et par voie réflexe, une vaso-dilatation des artérioles et des capillaires favorisant la circulation au retour et diminuant les stases sanguines. Ces découvertes nous expliquent aujourd'hui la raison scientifique d'une application clinique de la médication par l'exercice dans les cardiopathies.

Des plumes compétentes, telles que celles des médecins suédois Hartélius, Sätherberg, fondateur de l'Institut orthopédique de Stockholm, et Zander, contribuèrent à introduire la méthode dans la science médicale (9). D'autres auteurs éclairés, tels que notre vénéré professeur à l'Institut Central, M. le Dr R. Murray (10), Wide (11), Kléen (12), Lewin (13), Arwedson etc., ont tous écrit sur la question, et nombreux sont les médecins étrangers qui ont attiré l'attention du monde médical sur la valeur de l'élément mécanothérapique dans les affections du cœur et des vaisseaux sanguins. En France, signalons les traités classiques de Lagrange (14), Huchard (15), Potain, Tissié, etc., ainsi que de Le Marinel et Moeller dans la presse médicale belge.

Telle est la situation à ce jour. Après tous ces écrits publiés dans les principales langues, on a sans doute le droit de supposer que les principes généraux du traitement cinésique, en conformité avec les conditions biomécaniques dans lesquelles s'effectue la circulation du sang, doivent être acceptés sans réserve, sinon avec confiance, par le monde médical entier.

Lois biomécaniques du traitement et indications générales de la kinésithérapie. — Lagrange s'exprime d'une façon fort juste lorsqu'il dit que l'étiquette de gymnastique, appliquée au traitement par le mouvement, a créé les plus fâcheux malen-

tendus dans l'esprit des médecins, car c'est assurément l'idée d'exercice « violent », inséparable chez nous du mot gymnastique, qui a fait rejeter *a priori* un mode de traitement pourtant si rationnel ! On oublie, en effet, qu'il n'est plus question de la gymnastique aux agrès lourds avec ses mouvements antiphysiologiques, dont avant tout, l'acte désastreux appelé « l'effort thoraco-abdominal » était le résultat immédiat amenant la discordance entre les mouvements respiratoires et les ondulations sanguines. Il s'agit, au contraire, « d'obéir, comme dit Huchard, à l'un des premiers principes de la cardiopathie : soulager le cœur pour

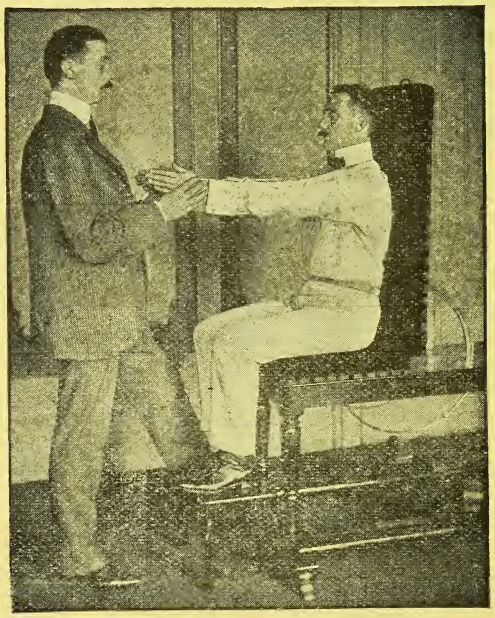


Fig. 3. — Inspiration et expiration actives.

le fortifier ». Cette regrettable méprise ne cessera que le jour où l'on donnera aux étudiants, dans les Facultés de médecine, un cours théorique de kinésithérapie, dans lequel la physiologie des procédés mécanothérapiques avec application médicale pratique sera enseignée.

Le sang, sous l'action musculaire du moteur principal hydraulique du cœur, le ventricule gauche, reçoit pendant la systole

une impulsion qui le fait cheminer à travers le système artériel. Au fur et à mesure que le sang se rapproche des veines, après avoir passé par le réseau des capillaires, il subit un ralentissement explicable, comme dit Marey, « par les lois hydrauliques fort simples, qui régissent le cours des fleuves ou des ruisseaux ». Dans les capillaires, le point le plus rétréci de l'arbre circulatoire (Lagrange) ou « le lac du torrent sanguin », d'après Duval, le sang n'a cependant effectué que la moitié de son trajet et passe dans les veines à une vitesse 400 fois moins grande que la vitesse initiale.

L'acte mécanique de la circulation veineuse se fait ainsi dans des conditions très défavorables ; les stases sanguines en seront la suite inévitable, si des forces auxiliaires n'entrent en action pour gouverner le jeu du cœur et le fonctionnement des vaisseaux, le travail musculaire, la tension artérielle ainsi que l'aspiration thoracique.

Travail musculaire. — La contraction musculaire a pour conséquence immédiate un surcroît de la circulation suivant la loi physiologique connue : l'organe a une circulation plus intense en action qu'au repos. Il est démontré qu'il passe neuf fois plus de sang dans un muscle en contraction que dans le même muscle au repos absolu. Durant la contraction des muscles, la circulation cardio-vasculaire est en plus accélérée par une sorte « d'appel » physiologique, comme dit Lagrange, fait par le muscle au sang, dont le concours lui est nécessaire pour fonctionner. Ce phénomène s'accompagne d'une vaso-dilatation des petits capillaires et des artérioles sous l'influence des nerfs vaso-moteurs, mise en évidence par les recherches célèbres de Claude Bernard et indépendante de la poussée du cœur. Ainsi se produit une accélération du liquide et comme résultat immédiat une augmentation de cette *vis a tergo* qui fait cheminer le sang veineux vers l'oreillette droite. Pour les autres forces et les dispositions anatomiques, il ne faut pas oublier que les muscles, en se contractant directement, compriment les veines et vident leur contenu dans la direction centripète, secondés qu'ils sont dans ce travail hydraulique par la présence de valvules ou de replis de la muqueuse.

Les physiologistes semblent également d'accord sur le point

que les muscles, en se relâchant et en s'allongeant, après leur contraction, ont une influence d'élongation et de dilatation sur les veines sous-jacentes grâce à laquelle ils deviennent susceptibles de recevoir une nouvelle ondée sanguine. L'influence sera la plus grande là où cette force aspiratrice sera la plus nécessaire, c'est-à-dire dans les extrémités inférieures, dont la masse musculaire représente 56 p. c. des muscles de tout l'organisme (Kleen).

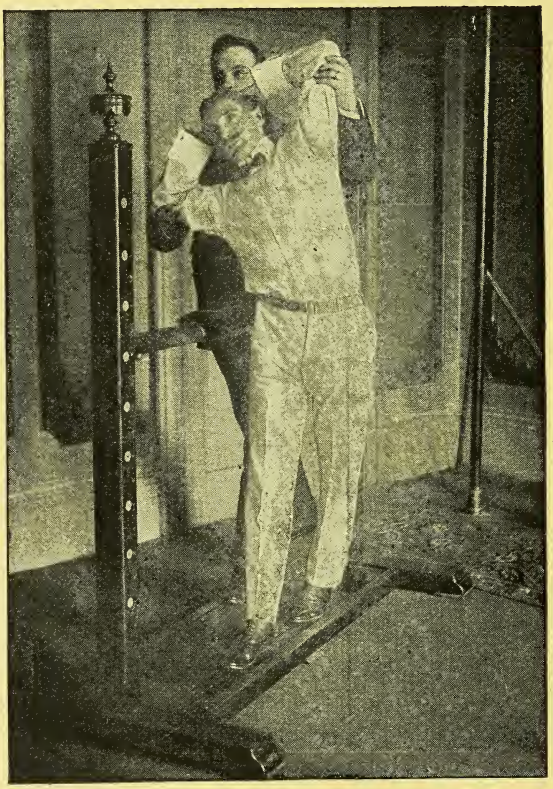


Fig. 4. — Flexion latérale du tronc. Action physiologique sur la circulation dans le système de la veine porte.

Tension artérielle. — La valeur sémiologique de la tension artérielle dans le système vasculaire, son rapport avec le mouvement du sang et sa répartition dans l'organisme ont préoccupé des physiologistes et cliniciens tels que Marey, Huchard, Potain,

François Frank (16), etc. On a démontré comment le sang, à la suite de la contraction du ventricule gauche, lancé dans l'aorte, distend les parois vasculaires, qui « rendent » la pression grâce à leur élasticité. Pendant les courts intervalles qui suivent chaque systole, cette distension se continue, et c'est cette tension artérielle qui aide puissamment à faire cheminer le sang, même pendant le court repos du cœur.

« L'élasticité artérielle économise donc le travail du cœur » (Marey).

Aspiration thoracique. — L'influence de cet auxiliaire puissant de la circulation qu'on appelle *aspiration thoracique* et *tension abdominale* est un fait physiologique connu.

L'aspiration produite sur les veines voisines du thorax par la pression négative intérieure de celui-ci au moment de l'inspiration, active la circulation veineuse des parties inférieures et supérieures et agit également physiologiquement sur la circulation abdomino-pelvienne veineuse et lymphatique. « Cette force aspiratrice a ses maxima pendant l'inspiration, ses minima pendant l'expiration » (Marey). Pendant l'inspiration, les veines pulmonaires se dilatent et la résistance diminue : il s'ensuit un accroissement de la circulation veineuse à l'intérieur et dans le voisinage du thorax. En même temps aura lieu une influence favorable sur les phases de diastole des cavités cardiaques. Au contraire, l'augmentation de la pression interne du thorax pendant l'expiration diminue le calibre des veines et leur contenu est chassé dans la direction de l'oreillette gauche, facilitant ainsi la systole du ventricule droit.

Un effet semblable se produit du côté de l'abdomen, dont la circulation est soumise à de grandes variations dépendant d'une richesse abondante en vaisseaux sanguins et lymphatiques. Très important est le rôle que joue également l'intervention de la fonction du diaphragme pendant la respiration, ainsi que la tension abdominale, c'est-à-dire la compression que les muscles abdominaux exercent sur l'abdomen et son contenu (Marey, Hasse in Cyriax, *Loc. cit.*).

(16) François Frank. Hypertension et hypotension artérielles. (*Bulletin de l'Acad. de méd.*, 1896).

(1) Hasse. Ueber die Bewegungen des Zwerchfells und ueber den Einfluss derselben auf die Unterleibsorgane.

Pendant la phase d'inspiration, lorsque le diaphragme s'abaisse, il se produit une augmentation de la pression intra-abdominale ; c'est l'inverse de ce qui se produit dans le thorax. Cette différence dans la pression influe favorablement sur la circulation de la veine porte autant que sur celle des veines sus-hépatiques, action qui se transmet de plus à la circulation lymphatique, ainsi

Fig. 5. — Circumduction de la tête. Action sur les veines jugulaires, facilitant la circulation en retour de la tête entière (effet de déplétion).

qu'au tronc de terminaison, le canal thoracique. Touchant la circulation lymphatique, il ne faut pas perdre de vue que si l'aspiration thoracique et le mouvement du diaphragme favorisent celle-ci, nous devons également noter que le diaphragme lui-même possède à ce propos un mécanisme qui lui est propre, mis en évidence par V. Recklinghausen et Ludvig (Cyriax, *loc. cit.*).

Principes généraux de l'application de la kinésithérapie dans les cardiopathies. — En nous occupant de la circulation du sang au point de vue physiologique et des forces auxiliaires les plus importantes, nous avons simplement voulu démontrer que les causes des troubles circulatoires dans les cardiopathies, valvulaires ou artérielles, sont de nature bio-mécaniques, et que « la pathologie et la physiologie ne se séparent pas dans leur étude scientifique », soulignant ainsi ce que dit Huchard en étudiant la thérapeutique d'hier : « La thérapeutique vit à l'ombre de la physiologie. »

La thérapie par le mouvement doit viser avant tout les symptômes et l'état de la circulation périphérique, en secondant la réplétion des artères, tout en évitant d'exciter le cœur qui recevra, au contraire, une aide et un soulagement dans son travail hydraulique. Le principal obstacle au cours du sang doit être, en effet, cherché dans la grande résistance qu'il rencontre dans les capillaires, occasionnée par la diminution de la pression artérielle (hypotension), d'où réplétion des vaisseaux capillaires et veineux.

Fig. 6. — Tapotement du thorax. Facilite la respiration. laquelle devient plus ample et plus profonde.

Ces troubles mènent à la période d'asystolie quand le cœur est au-dessous de sa tâche. C'est alors que surviennent la stase veineuse des organes, des congestions passives et des œdèmes, non seulement dans les membres, mais aussi dans la cavité

abdominale, formant, d'après Lagrange, « des barrages circulatoires ».

La kinésithérapie possèdes quelques groupes de mouvements *passifs*, c'est-à-dire exécutés sans la volonté du malade, qui rendent incontestablement le plus grand service durant la phase d'asystolie :

a) Mouvements { passifs { simples / à résistance { concentriques / excentriques ; / actifs

b) Circumductions des régions articulaires et du tronc ;

c) Mouvements respiratoires ;

d) Traitement manuel des muscles et de l'abdomen.

Ce dernier a une action directe sur la circulation abdomino-pelvienne contre les stases sanguines dans l'appareil gastro-intestinal, ainsi que dans le système de la veine porte. Il agit, de plus, sur l'augmentation de la diurèse « par le même mécanisme que la digitale et lié surtout à l'accroissement de la vitesse du sang dans le rein plus qu'à l'élévation de la pression vasculaire » (Huchard) (voir fig. 7).

Fig. 7. — Traitement abdominal. Combat les stases dans l'appareil gastro-intestinal et réveille l'atonie des fibres motrices.

Circumductions — Les circumductions sont nommées, dans le système médical manuel suédois, mouvements de circulation, et Wide, de Stockholm, écrit à ce propos : « Nous savons que les vaisseaux veineux peuvent augmenter leur capacité lorsqu'ils sont allongés par l'extension. Dans la circumduction, il se fait un allongement et un raccourcissement alternatifs des nombreuses veines avoisinant l'articulation. Chaque fois qu'une veine est ainsi allongée, il se produit sur les branches périphériques une aspiration qui active la circulation des capillaires correspondants ; pendant le raccourcissement qui suit, les veines déversent leur contenu dans une direction centripète.

Membranes aponévrotiques. — Nous avons eu déjà l'occasion de nous occuper de l'influence qu'on peut attribuer aux membranes aponévrotiques attachées aux veines dans certaines régions articulaires (huméro-scapulaire, sterno-claviculaire et coxo-fémorale) et qui opèrent pendant les circumductions une action considérable sur la circulation veineuse et lymphatique.

La disposition anatomique de la veine crurale du pli de l'aine est notamment digne d'attention.

Braune (*) a parfaitement démontré comment les os, les muscles, les aponévroses, ainsi que les veines, forment dans la région inguino-crurale un appareil tantôt aspirant, tantôt refoulant le sang veineux.

La veine crurale tombe en relâchement et chasse le sang vers le cœur si l'on imprime à la cuisse une rotation en dehors en même temps qu'on l'étend en arrière, tandis qu'elle se remplit à nouveau de sang en l'aspirant des régions inférieures si l'on produit une flexion de la cuisse en lui communiquant un mouvement rotateur en dedans.

Ces mouvements s'observent particulièrement vers le fascia cribriformis de l'aponévrose fémorale et pour préciser, au niveau de la fosse ovale, livrant passage à la crosse de la saphène interne. Cette action aspiratrice est favorablement impressionnée par les contractions des muscles voisins, la veine fémorale étant adhérente sur toute son étendue à la paroi des muscles et à leurs aponévroses. A sa partie inférieure, la fémorale est revêtue par

(*) Braune. Die Oberschenkelvene des Menschen in anatomischer und klinischer Beziehung, 1873.

le muscle couturier ainsi que par une membrane fibreuse unissant le long adducteur au vaste interne. La veine se dilate par l'extension de cette membrane pendant la contraction du muscle couturier. Plus haut, la veine est entourée par les muscles pectiné et psoas-iliaque et est recouverte par le fascia entre le couturier et le pectiné. Devenue plus superficielle avant d'entrer dans la cavité abdominale, la veine passe au-dessus du ligament de Poupart en adhérent à celui-ci de même qu'au ligament de Gimbernat dépendant de l'aponévrose du grand oblique.

La fémorale, aussi bien que la partie inférieure de la veine iliaque externe, se dilate par suite de l'extension du ligament de Poupart, résultat qui se produit par la contraction du muscle grand oblique ou par l'extension de la cuisse sur le bassin suivie d'une rotation en dehors (Braune).

Un mécanisme semblable se trouve dans les creux poplité et axillaire.

La veine saphène externe monte sur la partie postérieure de la jambe et atteint dans l'interstice des jumeaux le creux poplité. Le fait que la veine est située dans un espace limité par les muscles biceps fémoraux, demi-tendineux et demi-membraneux, et qu'elle est directement attachée au fascia poplité, produit à chaque flexion et à chaque extension de la jambe contre la cuisse un effet favorable sur la circulation, aidé par la pression atmosphérique et les valvules.

Dans la cavité de l'aisselle, on trouve la veine axillaire, dont les parois sont adhérentes à l'aponévrose qui s'étend entre les muscles grand rond et grand dorsal postérieurement, et le grand pectoral antérieurement. En se contractant, ces muscles éloignent les parois de la veine par l'extension de l'aponévrose, tandis que le contraire a lieu lorsque ces muscles tombent en relâchement (Braune). D'où action aspirante et foulante.

Les mouvements du tronc sont parfaitement indiqués dans tous les états de stase sanguine de la cavité abdominale, « véritable poche musculaire ». Les mouvements passifs du tronc sur le bassin, dans le traitement manuel, agissent sur les grands troncs veineux, tels que la veine cave inférieure et la veine porte, mais ils ont également une influence marquée sur les vaisseaux dans la région inguino-abdominale. Ces vaisseaux, ainsi que les veines

azygos, subissent pendant ces mouvements une élongation et un raccourcissement alternatifs, d'où effet utile sur ce qu'on appelle la *veinosité abdominale* si répandue dans les cardiopathies.

La kinésithérapie abdominale constitue aujourd'hui non seulement un agent physique très puissant contre un grand nombre de maladies chroniques de l'appareil digestif, mais aussi, comme dit Cautru (1), « elle exerce une action sur la nutrition, sur la circulation générale, facilitant les sécrétions, l'assimilation et activant l'élimination des produits toxiques ». Cet agent thérapeutique a de plus une action certaine chez les cardiaques en imminence d'hyposystolie et il favorise la diurèse. Pour les considérations générales et les études physiologiques, nous ne pouvons que renvoyer le lecteur aux recherches des auteurs tels que Colombo (2), Bum (3), Le Marinel (4), Zabludowski, Romano (5), sinsi qu'aux chapitre excellents de Huchard. D'après Lewin, de Stockholm, la rapidité du pouls diminue de huit à dix battements par minute, par voie réflexe probablement et par suite d'une réaction des nerfs splanchniques. Ceci a d'ailleurs été démontré par les nombreuses expériences du célèbre physiologiste Goltz (1863).

Comme faisant partie intégrale du traitement kinésique dans les cardiopathies, nous devons signaler, avant de terminer, ce qu'on appelle en Suède *le traitement local du cœur* avec les manipulations : vibrations, effleurages et tapotements de la région précordiale. Ling, Zander, Lewin, Kleen, Hasebroecq, Cautru et d'autres auteurs signalent, et l'expérience démontre, que ce traitement donne un soulagement véritable aux malades souffrant d'arythmie, tachycardie et de palpitations. « Il possède, dit Cautru, un pouvoir marqué, tant sur la pression artérielle que sur les troubles du rythme cardiaque. » Il réveille l'activité du myo-

---

(1) Dr Cautru. Kinésithérapie abdominale in *Bibliothèque de Thérapeutique* de Gilbert et Carnot.

(2) Action physiologique du massage sur la pression sanguine chez l'homme.

(3) Zur physiologischen Wirkung der Massage auf den Stoffwechsel. (*Wien, med. Presse,* 1893, n° 1.)

(4) De l'action du massage sur la sécrétion urinaire. (*Annales de Médecine et de Chirurgie.*)

(5) Effets dynamogéniques du massage abdominal. Thèse de Paris.

carde et semble d'ailleurs être un régulateur de la pression sanguine (Cautru) en agissant sur les nerfs pneumo-gastriques et sympathiques (modérateurs et accélérateurs du cœur) (Wide).

CONCLUSIONS.

Le regretté Fernand Lagrange en France, à qui nous avons souvent fait allusion au cours de cette étude, fut le premier qui, d'une façon scientifique, en langue française, se fit le champion de la vérité suédoise en kinésithérapie et en éducation physique. A son retour de Suède, où il avait été envoyé en mission, il poursuivit sans relâche ses études sur la physiologie de l'exercice du corps, en continuant les travaux de son éminent

Fig. 8. — Hachement du dos dans la méthode manuelle suédoise. Action stimulante par voie réflexe sur les grandes fonctions. facilite la circulation pulmonaire et diminue la fréquence du pouls.

compatriote Marey, et écrivit, entre autres, son livre classique, *De la médication par l'exercice*. Là nous trouvons ces lignes d'un homme loyal et honnête qui prend la vérité scientifique d'où qu'elle vienne, sans idée préconçue :

« Nous nous sommes efforcé de justifier par des arguments rationnels l'emploi de l'exercice dans le traitement des affections de l'appareil circulatoire. Les faits cliniques qui pourraient corroborer nos déductions sont si rares en France qu'il serait bien difficile de recueillir des observations suffisamment nombreuses

de la pratique de nos hôpitaux. Mais à l'étranger, les documents abondent et les résultats parlent si haut qu'il n'est plus besoin, depuis longtemps, d'y plaider la cause de la médication que nous nous efforçons ici de faire apprécier à sa véritable valeur. »

Nous aussi, quoique nous souvenant de ce que disait Fontenelle : « La vérité demande beaucoup de temps pour soumettre les esprits, le vrai n'étant jamais victorieux dès qu'il se montre », nous avons eu pour seule intention, en écrivant ces lignes, de découvrir la vérité scientifique ; nous avons voulu montrer en toute sincérité ce qu'il y a de haute utilité et de puissant intérêt à considérer sans parti-pris aucun une méthode rationnelle et physiologique dont l'application est peu connue en Belgique, la kinésithérapie, avec pour but une guérison non pas anatomique, mais avant tout fonctionnelle des maladies du cœur et des vaisseaux.

BIBLIOGRAPHIE.

1. *T. Cyriax*, M. D. et G. D. The Ellements of Kellgren's manual treatment.

2. *Georgii*, Kinésithérapie, Paris, 1847.

3. *Rothstein*, Die Gymnastik nach dem Systeme des Schwedischen Gymnasiarchen P. H. Ling 1847.

4. *Neuman*, Thérapie der Chronischen Krankheiten.

5. *Eulenburg*, Die Lingsche oder Schwedische Heilgymnastik.

6. *Braune*. Die Oberschenkelvene in anatomischen und klinischen Beziehung.

7. *Herzog*, Beiträge zum Mechanismus der Blutbewegung an der oberen Thorax-apertur in Cyriax, The Ellements of manual treatment.

8. *Roth*, Handbook of the movement cure 1856.

9. Niebel, Bewegungskuren mittels Schwedischen Heil-gymnastik (1889) loc. cit.

10. *R. Murray*, Auf welche physiologische Thatsachen stützt sich eine richtige gymnastische behandlung von Chronischer Herzkrankheiten (1887), Stockholm.

11. *A. Wide* (Stockholm). Traité de gymnastique médicale suédoise (trad. par Dr Bourchard).

12. *E. Kleen.* Handbok i Sjukgymnastik och massage (Stockholm).

13. *Levin,* Beitrag zur Kenntniss der wirkung der Heil, gymnastischen Bewegungen auf der Rhythmus bei organischen Herz fehlern (*Sint-Petersb. Wochenschrift,* 1897, n° 31.)

14. F. Lagrange : La Médication par l'exercice. Les mouvements méthodiques. Le traitement des affections du cœur par l'exercice et le mouvement. L'exercice chez les adultes.

15. *Huchard* : Les maladies du cœur et leur traitement (1908).

16. *Fr. Franck.* Hypertension et hypotension artérielles. (*Bulletin de l'Académie de Médecine,* 1896.)

17. *Cautru.* Kinésithérapie abdominale in *Bibliothèque de Thérapeutique,* de Gilbert et Carnot.

ENSEIGNEMENT SPÉCIAL (arriérés pédagogiques).

Démonstration de gymnastique eurythmique.

donnée par M. F. MARQUEBREUCQ

Professeur, Bruxelles.

I. — Ex. d'ordre. — Petite marche et prise des distances.

II. — Ex. préparatoires.

Séries I & III

1. Pointe des pieds, mains aux épaules.
2. Flexion des jambes.
3. Extension des bras vers le haut.
4. Mains aux épaules.
5. Extension des bras latéralement.
6. Mains aux épaules.
7. Retour au n° 1.
8. Position.

Séries II & IV

1. Pointe des pieds, mains aux hanches.
2. Flexion des jambes.
3. Rotation de la tête à gauche.
4. Retour au n° 2.
5. Rotation de la tête à droite.
6. Retour au n° 2.
7. Retour au n° 1.
8. Position.

III. — Ex. correctifs.

1.-2. Station écartée, mains aux clavicules.
3. Flexion du tronc en arrière.
4. Lancement des bras latéralement.
5. Mains aux clavicules.
6. Redressement du tronc.
7.-8. Position.

Séries I & III

Pour les séries II et IV le tronc fléchit en avant.

IV. — Ex. remplaçant la suspension.

1. Elévation latérale des bras.
2. Tourner les mains.
3. Elévation des bras vers le haut.
4. Abaissement des bras latéralement.
5. Elévation des bras vers le haut.
6. Retour au n° 4.
7. Tourner les mains.
8. Position.

Séries I & III

1. Pointe des pieds, élévation latérale des bras.
2. Tourner les mains et flexion des jambes.
3. Elévation des bras vers le haut.
4. Abaissement des bras horizontalement.
5. Retour au n° 3.
6. Retour au n° 4.
7. Retour au n° 1.
8. Position.

Séries II & IV

V. — Equilibre.

1. Flexion du genou gauche, mains aux hanches.
2. Rotation du genou g. vers la g.
3. Retour au n° 1.
4. Position.

Séries I & III

Pour les séries II et IV faire l'exercice le genou droit étant fléchi.

VI. — Marches et course.

Marches : ordinaire ; pointe des pieds.
Pas décomposé en 2 temps.
Pas décomposé en 3 temps.
Pas de polka.
Jeu : le tunnel.

VIII — Ex. pour les épaules, nuque et dos.

1. Mains aux épaules.
2. Extension des bras vers le haut.
3. Flexion de la tête en arrière.
4. Retour au n° 2.
5. Flexion de la tête en arrière.
6. Retour au n° 2.
7. Retour au n° 1.
8. Position.

Séries I & III

1. Mains aux épaules.
2. Extension des bras vers le haut.
3. Mains aux épaules.
4. Extension du bras g. latéralement, du bras droit vers le haut.
5. Mains aux épaules.
6. Extension du bras dr. latéralement, du bras g. vers le haut
7. Mains aux épaules.
8. Position.

Séries II & IV

VIII. — Ex. pour l'abdomen.

1. Pointe des pieds.
2. Flexion des jambes.
3. Mains sur le sol.
4. Chute faciale.
5. Rotation de la tête à g.
6. Retour au n° 4.
7. Rotation de la tête dr.
8. Retour aû n° 4.
9. Retour au n° 3.
10, Retour au n° 2.
11. Retour au n° 1.
12. Position.
13, Flexion de la tête en arrière.
14. Position
15. Flexion de la tête en arrière.
16. Position.

2 fois.

IX. Ex. alternatifs du tronc.

1.-2. Station écartée, bras étendus vers le haut.
3. Flexion du tronc à gauche.
4. Abaissement des bras latéralement.
5. Elévation des bras vers le haut.
6. Redressement du tronc.
7.-8. Position.

} Séries I & III

Pour les séries II et IV flexion du tronc à droite.

X. — Marche : Pas en marquant le 3e temps.

Ronde : Les musiciens (1).

XI. — Ex. respiratoires.

1. Station avancée de la jambe gauche, élévation des bras latéralement.
2. Position en rapprochant la jambe droite.
3. Station avancée de la jambe droite, élévation des bras latéralement.
4. Position en rapprochant la jambe gauche.
5. 6, 7, 8 Exécuter les mêmes mouvements mais en plaçant la jambe en arrière.

} Série I

1. Flexion de la tête en arrière : 4 fois.
2. Position. »

} Série II

(1) Voir *Revue Gymnastique*, avril 1909, « Le chant à la leçon de gymnastique » par Mme J. Ballet.

Samedi 6 août 1910.

SÉANCE GÉNÉRALE DE CLOTURE.

La séance plénière, présidée par M. A. Chéron (Paris), est ouverte à 16 heures.

Prennent place au bureau : MM. le lieutenant-colonel Schotman et le capitaine Bierman (La Haye), le major Lundblad (Visby), le Dr Sadolin et Knudsen (Copenhague), le Dr Cyriax (Londres), le major Lefébure, le commandant Henrion, le directeur A. Sluys et le professeur H. De Genst (Bruxelles) ainsi que les membres du Comité d'organisation.

M. Chéron accorde la parole au Secrétaire du congrès pour donner lecture d'une lettre de M. Max, bourgmestre de la ville de Bruxelles, dans laquelle ce dernier remercie vivement MM. les Président et Membres du Congrès des témoignages de sympathie dont il a été l'objet.

Les conclusions et vœux émis par les diverses sections sont présentés par M. Maerschalk pour les première et cinquième, M. Kocké pour la deuxième, Mlle Desmedt pour la troisième et M. Marquebreucq pour la quatrième.

Tous les vœux sont adoptés à l'unanimité.

M. De Genst (Bruxelles) propose la fondation d'un Bureau International de l'Education physique.

Ce Bureau, dit-il, aura pour but le groupement des différentes personnalités, des associations nationales Ligues et Unions) se préoccupant de l'étude théorique et pratique du mouvement, surtout aux points de vue pédagogique, physiologique, hygiénique et mécanique, se livrant à la pratique des exercices gymnastiques, entendus dans un esprit scientifique et basés sur les principes de Ling, des sports et jeux éducatifs.

Il permettra d'assurer l'unité d'action pour la propagande mondiale des principes rationnels de l'éducation physique, de centraliser tous les efforts et de susciter une collaboration internationale efficace et éclairée.

Au point de vue spécial, le Bureau serait chargé de l'organisation de Congrès internationaux d'éducation physique, de l'édition d'une Revue internationale dans laquelle figureraient les études les plus marquantes publiées dans les pays affiliés ; enfin, de la création d'un Office central de renseignements bibliographiques, techniques et méthodologiques.

Cette institution doit reposer sur des bases solides et être soutenue, encouragée et subventionnée officiellement par tous les Etats ; assurons-la tous de notre concours dévoué et nous aurons contribué ainsi à la grande œuvre Internationale de science et de progrès humain.

Le Congrès, à l'unanimité, décide la création du Bureau International de l'Education physique et charge la Ligue belge de sa première organisation.

M. le lieutenant-colonel *Schotman* (La Haye), au nom de la Mission Neerlandaise, remercie de l'accueil qui a été réservé à celle-ci et se félicite du caractère scientifique et pratique qui a été donné aux travaux du Congrès *(Longs applaudissements)*. Il termine aux acclamations répétées de Vive la Belgique ! Vive le Roi Albert ! Vive la Reine Elisabeth !

M. A. Broman (Londres) s'associe aux paroles de M. le lieutenant-colonel Schotman et, au nom de ses amis et collègues anglais forme l'espoir de voir s'organiser, l'an prochain, un nouveau congrès.

M. De Genst (Bruxelles) reprend le vœu de M. Broman et fait ressortir l'importance de pareilles manifestations non seulement au point de vue mondial, mais encore particulier.

Nous nous sentons, dit-il, plus forts et nous avons retrouvé ici une énergie nouvelle. Les résultats heureux de ce congrès sont un encouragement précieux pour l'œuvre de demain. (*Vifs applaudissements)*.

M. Schepers (Saint-Gilles) appuie l'idée et propose que la prochaine réunion se tienne à Genève, où nous comptons, dit-il, un important noyau de partisans dévoués.

Mlle Valencien (Genève) est très heureuse de la proposition, mais elle fait remarquer qu'en Suisse, seules les femmes s'occupent de la gymnastique de Ling.

M. Jottay (Ixelles) propose de charger le Bureau International de l'organisation du prochain congrès. (1) (Adhésion unanime).

M. le Président déclare terminés les travaux du congrès qui laisse l'impression qu'une besogne utile, nécessaire et de bonne foi a été réalisée à Bruxelles. M. Ad. Chéron félicite la Ligue nationale belge de l'éducation physique de son initiative ; il remercie les organisateurs, les rapporteurs, les auteurs des démonstrations pratiques ; il adresse des compliments tout particuliers au major Lefébure, ancien commandant de l'Ecole militaire belge, et au commandant Henrion, son continuateur, pour la démonstration du matin qui émerveilla ceux qui eurent le bonheur de pouvoir se rendre à l'école d'Etterbeek.

« Qu'il me soit permis de terminer nos travaux — dit le président — dans la même pensée que j'exprimais en clôturant ceux de la 2e section. Servir la cause de l'homme, c'est le meilleur moyen de servir sa patrie. Or, nous nous sommes efforcés de résoudre, pour le progrès humain, les problèmes qui nous étaient posés. Il semble que nous ayons bien servi chacun la patrie qui nous est si chère, car nous sommes convaincus que ce qui a grandi notre patrie dans l'histoire, c'est d'avoir été l'ouvrière active de la civilisation pour une humanité meilleure. » *(Longs applaudissements).*

M. Sluys (Bruxelles). — Nous voici arrivés à la fin des travaux du premier congrès international de gymnastique, pédagogique, militaire, médicale et esthétique, organisé par la Ligue nationale belge de l'Education physique.

Nous avions un vaste programme, mais vous l'avez mené à bonne fin, parce qu'il était clairement formulé et classé méthodiquement, que des rapports préliminaires succincts ont été publiés avant l'ouverture des travaux et ont préparé les discussions, que celles-ci ont eu lieu dans des sections où les questions ont été librement discutées par ceux qui s'y étaient préparés, enfin et surtout parce que la Ligue nationale belge qui a préparé ce congrès a eu soin, et avec raison, d'écarter les questions

(1) Le prochain congrès se tiendra à Odense (Danemark) les 7, 8, 9, 10 juillet 1911, et est organisé, sous le Haut Patronage de S. A. R. le Prince Royal de Danemark et du Gouvernement danois, par la « Gymnastik Selskab » (Secrétariat : Rigsdagen, Copenhague).

vicieuses, sans cesse ressasées dans d'autres congrès, devenus des champs clos, de stériles discussions, où les partisans des errements du pays, ainsi que les soi-disant éclectiques, s'entendent pour enrayer le véritable progrès des méthodes, qui ont pour base unique la science.

Grâce à la collaboration active de délégués venus de tous les pays où la question de l'éducation physique sort enfin de la période empirique, les discussions de ce congrès ont donné des résultats positifs, qui éclaireront les praticiens sur bien des points importants. Permettez-moi d'en rappeler quelques-uns.

Vous avez notamment démontré la nécessité de baser l'éducation physique sur la science, sur la physiologie, de vérifier les résultats des exercices par des mensurations périodiques et de créer des laboratoires pour étudier les effets des exercices : c'est un point essentiel, car jusqu'en ces derniers temps — sauf en Suède — on a trop souvent adopté dans les écoles des systèmes d'exercices qui n'étaient pas adaptés au but et qui s'imposaient par des considérations n'ayant aucun rapport avec l'hygiène ou la pédagogie. Si la gymnastique scientifique est la meilleure des choses pour développer normalement l'énergie des individus, la gymnastique empirique peut être et a été souvent plus nuisible qu'utile, et dès que celle-ci s'est implantée dans un pays, il est difficile de la faire disparaître pour y substituer la gymnastique scientifique, à cause des intérêts et des préjugés qui luttent pour maintenir la routine.

La gymnastique spéciale des anormaux a fait l'objet des travaux de la 4e section. Ce n'est que dans ces derniers temps que l'attention des médecins et des pédagogues a été attirée sur l'anormalité physiologique et psychique. Notre organisation sociale produit des déchets nombreux ; que d'enfants naissent avec des tares héréditaires qui les condamnent à la souffrance et qui mettent la société en déficit ! Jadis on abandonnait la plupart de ces malheureux, on envoyait les plus tarés, les idiots, dans des asiles spéciaux, les moins atteints étaient envoyés à l'école commune, avec les normaux, et comme ils étaient incapables de suivre les leçons, ils étaient une nuisance pour ceux-ci et ils ne s'amélioraient pas. La création d'écoles spéciales pour les arriérés pédagogiques et pour les anormaux médicaux s'impose ; dans quelques pays, il en existe déjà. On commence à étudier les

anormaux au point de vue physique et psychique, par des méthodes rigoureusement scientifiques. La quatrième section a examiné, en s'éclairant d'expériences réalisées déjà, la forme de gymnastique qui convient aux anormaux pour les améliorer, pour relever leurs tares physiologiques. La discussion sur cet objet vient au moment opportun, elle sera certainement utilisée par ceux qui se dévouent à l'éducation de ces déshérités.

Nous avons noté dans la première section un fait significatif : un des dirigeants de sociétés de gymnastique est venu déclarer que les démonstrations de gymnastique scientifique ont déjà exercé une influence sensible sur le mode de travail dans quelques sociétés, qui tendent à abandonner les vieux errements, à corriger leurs pratiques traditionnelles, dans le sens de l'application des principes de Ling.

Les sociétés de gymnastique, qui ne sont pas et ne pourraient pas être des milieux d'études scientifiques et pédagogiques, étant donnés leur but et leur recrutement — ce sont des sociétés pratiquant un sport spécial à divers agrès — n'ont pas compris d'abord la nature et la portée de la réforme de l'éducation physique dans les écoles par l'adoption des principes de Ling. Leurs chefs ont cru que l'école allait combattre et détruire l'œuvre des sociétés et ils ont organisé partout une campagne, souvent violente, mais vaine, contre la méthode scientifique. La bataille qui s'est engagée devait être partout favorable à la réforme préconisée par les physiologistes et les pédagogues, car la science finit toujours par triompher sur la tradition et l'empirisme. Aujourd'hui nous constatons que l'exemple donné par les écoles où l'on applique la gymnastique scientifique, a déjà exercé une certaine influence sur la méthode que l'on suit dans les sociétés. Nous nous en réjouissons. Nous travaillons pour le bien de l'humanité avec désintéressement et toute conquête de la science sur la routine est pour nous un encouragement à persévérer dans la voie où nous nous sommes engagés.

Dans le Congrès, la préparation de la jeunesse au devoir militaire a fait l'objet d'un examen approfondi. Je parle en ce moment à une assemblée composée de membres du corps enseignant et d'officiers supérieurs de divers pays et j'ai la conviction que j'exprime le sentiment unanime en affirmant que tous nous sommes des *pacifistes !* Et c'est parce que nous sommes des

pacifistes que nous n'avons pas hésité à nous occuper de ce problème. Nous ne le résolvons pas par des déclamations inutiles et vaines contre la guerre. Nous pensons que dans l'état actuel des sociétés humaines, ce fléau, que nous abhorrons tous, peut encore se déchaîner, malgré les sentiments pacifistes qui pénètrent dans toutes les couches sociales. Le devoir s'impose à tous les citoyens de défendre leur patrie attaquée, de résister, au nom du droit, par la force à la force, de lutter pour ne pas laisser périr la civilisation qui pourrait encore être menacée par des barbares. Nous devons donc vouloir que l'énergie physique et morale de tous les citoyens soit portée au maximum, que tous deviennent, à l'approche de leur majorité, de bons et solides soldats, énergiques et résistants. Vous avez rejeté la préparation militaire directe par l'école, condamné l'introduction dans l'école d'exercices militaires proprement dits ; vous avez établi que la meilleure préparation consistait à organiser une solide éducation physique, par la méthode scientifique, dans les écoles de tous les degrés, depuis l'école primaire, jusqu'à l'Université. L'armée recevant des jeunes gens vigoureux les transforme elle-même, et rapidement, en bons soldats.

Le pacifisme triomphera par l'éducation pédagogique et par l'éducation sociale combinées formant des hommes supérieurement doués au point de vue physique, intellectuel et moral. Comme au début de ce Congrès, je ne puis assez insister sur le fait que l'éducation physique, telle que nous la comprenons tous, est inséparable de l'éducation intégrale, dont elle est un des éléments : elle n'a pas pour but de former des athlètes, c'est-à-dire des machines de force brutale, ni des virtuoses exécutant des exercices extraordinaires, mais inutiles, à des appareils artificiels. Nous la concevons comme indissolublement liée à l'éducation morale : nous voulons développer l'énergie physiologique de tous, parce qu'elle est la source de l'énergie morale, mais c'est l'éducation morale qui est le but suprême que doit viser l'éducation. C'est ainsi que vous envisagez tous le problème de l'éducation physique.

Au nom de la Ligue nationale belge de l'éducation physique je remercie tous ceux qui ont collaboré aux travaux du Congrès, particulièrement les délégués étrangers avec lesquels nous avons

noué des liens solides d'amitié et de bonne entente pour le progrès de l'éducation physique.

Nous nous retrouverons dans le prochain Congrès international qui complètera l'œuvre que nous venons d'ébaucher et d'amorcer. *(Applaudissements prolongés).*

La clôture du congrès est prononcée à 5 h. 45.

Dimanche 6 août 1910.

MM. les Membres du Congrès ont visité l'Exposition internationale et spécialement les stands de l'Ecole normale d'Instituteurs (Palais de la Ville de Bruxelles) de l'Ecole normale militaire de gymnastique et d'escrime, des sociétés sportives, de l'enseignement officiel belge normal, moyen et primaire (sections d'éducation physique).

ANNEXE.

Une section qui a attiré particulièrement l'attention de MM, les Congressistes et qui les a particulièrement intéressés est celle organisée par Mlle Verheyden (Bruxelles) et s'occupant de documentation bibliographique, anthropométrique et photographique.

Son exposition a admirablement réussi grâce à la collaboration de l'Ecole normale d'Instituteurs de Bruxelles ; de l'Ecole normale provinciale d'Instituteurs de Charleroi ; des Bureaux de l'instruction publique des villes d'Anvers et de Bruxelles ; de la Ligue belge de l'Education physique ; de la société de gymnastique des dames à Genève ; du Pensionnat » Les Peupliers » à Vilvorde ; des librairies Armand Colin à Paris, Jcheber à Genève, Vuibert et Mony à Paris, Larousse à Paris, Hachette à Paris. Van de Ven à Baarn, Van Dieshoek à Bressum et de personnalités diverses.

Le Bureau organisateur du Congrès, au nom de la Ligue belge de l'Education physique adresse à ses Hauts Protecteurs S. M. le roi Albert et la Ville de Bruxelles et à tous ses collaborateurs ses sentiments les plus vifs de gratitude et de reconnaissance.

WELLCOME LIBRARY INSTITUTE

TABLE DES MATIÈRES.

pages.

Lettre du Cabinet du Roi 5
Bureau International de l'Education physique 7
Comités et organisation générale du Congrès 8
Séance d'ouverture 15

Première et cinquième sections.

Gymnastique pédagogique. — Physiologie et psychologie gymnastiques Hygiène du mouvement.

Questionnaires 24
Comment il faut interprêter l'enseignement de la gymnastique au jardin d'enfants 27
But et caractères des exercices gymnastiques aux différents âges physiologiques 34
L'Education physique dans les établissements d'enseignement moyen, au point de vue physiologique 56
Mesure des effets des mouvements dits dérivatifs 98
Discours de M. le Lieutenant H. van Blyenburgh 113
La gymnastique suédoise 119
The present position of physical education in England 130
L'Education physique au Danemark 145
Les exercices musculaires et le système nerveux 159
Vœux 166
Démonstrations de gymnastique pédagogique 169
Visite de l'Ecole Normale de Gymnastique et d'Escrime de l'armée belge 174

Deuxième section.

Préparation militaire, Exercices d'application, Jeux éducatifs, Sports.

Questionnaire 182
Rapport présenté par M. le Lieutenant Ketelle 184
Rapport présenté par M. J. Kocké 185
Rapport présenté par M. J. Kocké 209
Vœux 230
Démonstrations pratiques 231

Troisième section.

Gymnastique rythmique — Callisthénie. — Rondes et danses.

Questionnaire 235
Rondes et danses populaires 237
La gymnastique rythmée 250
Démonstration de gymnastique rythmée 261
La gymnastique rythmique 262
Démonstration de gymnastique rythmique 265
Vœux 270

Quatrième section.

Gymnastique médicale et spéciale.

Questionnaire 271
L'Education physique chez les enfants anormaux 272
Valeur du traitement mécano-thérapeutique du sympathique abdominal 281
Valeur du traitement mécano-thérapeutique de la synovite aiguë . 587
Vœux 293
Annexe — Etude du mouvement au point de vue physiologique et clinique dans le traitement des cardiapathies 293
Démonstration de gymnastique eurythmique 310

Séance générale de clôture 314
Annexe 320

Imp. Am. Jonckheere, rue Marie-Christine, 123, Bruxelles-Laeken

IMPRIMERIE
AMAND JONCKHEERE
123, RUE MARIE-CHRISTINE, 123
BRUXELLES-LAEKEN